



ВЕЩА[®]

ЕЖЕМЕСЯЧНОЕ ИЗДАНИЕ ДЛЯ ЖЕНЩИН

Август

№ 8 (255) 2016

16+

Сегодня в номере:

Ежемесячное издание для женщин

Учредители:

группа физических лиц

Издатель:

ООО Издательство «Веста-М»

394030 г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Издание зарегистрировано

в Комитете Российской Федерации по

печати. Рег. № 014813

от 15.05.1996 года.

Главный редактор Марина КОСТЫНА

Адрес редакции:

г. Воронеж,

ул. Средне-Московская, 32

Для почты:

394000, Воронеж, а/я 537

Телефон редакции:

(473) 251-22-13

Факс: (473) 251-22-13

E-mail: info@vesta-m.vrn.ru

Наш сайт: vesta-m.info

Присланные по почте рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Редакция в переписку с читателями не вступает.

Мнение авторов не всегда совпадает с мнением редакции.

Ответственность за содержание и достоверность сведений в рекламе и объявлениях несет их податель.

Перепечатка материалов, помещенных в «Весте-М», без письменного разрешения редакции не допускается.

Директор

по распространению
Галина СТАРОДУБЦЕВА

Телефон (473) 235-59-75

Номер подписан в печать:

10 июля 2016 г.

По графику в 11:00, фактически в 11:00.

Дата выхода 28 июля 2016 года.

Отпечатано в ГУП РО

«Рязанская

областная типография»

390023, г. Рязань, ул. Новая, 69/12

тел. (4912) 44-87-80

По всем случаям полиграфического брака обращаться в типографию.

Заказ № 2456.

Тираж 200525 экз.

Общий тираж 421560 экз.

Цена свободная.

Подписной индекс

в каталоге «Почта России» —

60672,

в каталоге «Пресса России» —

51182.

Подписку можно оформить

на сайте: VIPISHI.RU

На первой странице — Анна

г. Брянск

КОСМЕТИКА

- Томатная красота.
- Завтрак, сохраняющий кожу.
- Разделите уход.
- Замените лед горошком.
- Скрытая соль.
- Любительницам блеска с перцем.
- Самый натуральный бронзат.
- В роли пятновыводителя — пенка для бритья.
- Тени для губ.

САЛОН КРАСОТЫ

- Две прически с косами.
- Шармы и браслеты для волос.
- Не смывайте кондиционер.
- Три вопроса о важных мелочах.
- Для красоты ваших волос.

УХОД ЗА ТЕЛОМ

- Блиц для талии.
- Мышцы любят сладкое.
- Когда хочется ударить.
- ПМС в груди?
- Тут слышу — тут не слышу.
- Крем или лосьон?
- Пахнет не кожа.
- Музыка или игра?
- Опора для бюста.

ЗДОРОВЬЕ

- Отвечаем на ваши вопросы: народные средства при лечении язвы, приливов, колита.
- Рецепты от читателей от герпеса, ангины, нервов, пиелонефрита.
- Если малыш простудился летом.
- Чудесное чесночное масло.
- Зеленая аптека: перец однолетний.
- «Скажите, доктор...» — на вопросы читателей отвечают врачи: гинеколог, педиатр, дерматовенеролог.

У ЮРИСТА

- Юрист отвечает на письма читателей.

ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- Психолог отвечает на письма читателей.

СВОИМИ РУКАМИ

- Свитер с «косой», связанный на спицах, и болеро с кольцами, связанное крючком.
- Помпоны — тренд сезона.
- Часов много не бывает.
- Сумка? Полотенце? Покрывало?
- Летнее ожерелье.
- Декорируем отвороты.
- Дождевичок.
- Жилет из мужского пиджака.
- Обычные кеды превращаются...

ВАШ СТИЛЬ

- Самые модные тенденции осени 2016.
- Выбираем жакет.
- Комбинезон — это модно и стильно.

К ВАШЕМУ СТОЛУ

- 14 замечательных летних рецептов.

ХОЗЯЮШКЕ

- Начинаящим мастерам.
- Для зонтов и зонтиков.
- Вместо глутамата натрия.
- Комод из хлебниц.
- К окончанию пляжного сезона.

МУЖЧИНА ВАШЕЙ ЖИЗНИ

- Право выбора.

ИНТЕРЬЕР

- Пробочка к пробочке.

ВАШ САД

- Когда лаврушку ест комарик.
- Пятое колесо от телеги.
- Фартук для тачки.
- Без пересортицы.
- Клумба в приствольном круге.

МОЛОДОЙ МАМЕ

- Полотенце-накидка.
- Когда же отдыхать?
- Доска для занятий, или busy board.

ПОЗНАЙ СЕБЯ

- Гороскоп с 15 августа по 15 сентября.
- Тест. Сможете ли вы решиться на экстрим?

ЕСЛИ ХОТИТЕ

- Свадьба под открытым небом.

ПРАВОСЛАВНАЯ СТРАНИЦА

- Священник отвечает на вопросы читателей.
- Православный календарь на сентябрь.

ЖЕНЩИНЫ-МУЗЫ

- Две музы Самуила Маршака.

АХ, ЭТИ ЗВЕЗДЫ!

- Неидеальные идеалы.
- В мечтах об отрицательных ролях: Петр Федоров и Владимир Жеребцов.

ЭТИКЕТ

- Назойливый попугайчик.
- Мамы — подружки, а дочки — нет.
- Если случился конфуз.

БРАТЬЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

- Как убрать метку? ● Тара для пушистого друга.
- Не рано ли для спячки? ● Кормление по очереди.

ПРОСТО ПОЧИТАТЬ

- Ирина Казиминова. Я позвоню тебе... потом.

НА ДОСУГЕ

- Сканворд. ● Анекдоты.

Читайте в следующем номере:

- Степень его доверия. ● Свадебные торты знаменитостей.
- Третий. ● Радуйтесь, улыбайтесь и... расслабляйтесь. ● Плюс скульптурность, минус молодость. ● Ключ от «замка любви».
- Пир длиною в четыре километра. ● Любовь понарошку, недорого. ● О пользе капризов. ● Друзья бывают разными.
- В пробках виноваты поцелуи. ● Пять лет минус.
- Выбор профессии: сегодня и завтра. ● И многое другое.



СПАСНО: «ЗЛОПАМЯТНЫЕ» ПОДУШКИ

Еще в старину говорили: «У женщины всегда слеза наготове!»

Ох, уж эти женские слезы! Немало женщин всерьез считают, что мужчина перед слезами не устоит и можно выплакать что угодно: от приятного «сюрприза» в виде абонеента на фитнес до очень приятного «сюрприза» в виде «симпатичного чудовища на четырех колесах»...

Но психологи не советуют часто применять эту методику добывания приятных «сюрпризов» — ее результативность быстро сходит на нет и начинает приносить уже противоположные результаты. А вообще, по их мнению, женщинам полезно иногда всплакнуть — но только в одиночестве, в подушку-подружку: так, душу облегчить, напружение снять...

Однако экстрасенсы и колдуны не соглашаются с психологами: не в смысле «поплакать», а в смысле — «в подушку». Плакать в подушку, оказывается, нельзя ни в коем случае: орошенная слезами, она «впитывает» не только их, но и ваше плохое самочувствие, и печаль, надолго сохраняя их в себе. А знахари в таких случаях говорят: «Пух и перо слезу едят».

Такая «унылая», «тяжелая» подушка будет вновь и вновь возвращать вам ваше прошлое состояние и портить жизнь в то время, когда для печали, кажется, нет никаких причин. Нельзя класть на такую подушку и ребенка — на ней он будет плохо спать: беспокоиться, капризничать, беспричинно плакать.

Так что, имейте в виду: подушка — подружка только для сна. А для слез есть другая подружка — жилетка...

ВЕЛИКИЙ ПИСАТЕЛЬ — ВТОРОГОДНИК!

Антон Павлович Чехов современниками считался одним из самых интеллигентных и образованных русских писателей. Но, вот, что касается школьного образования, тут у Антона Павловича был свой «скелет в шкафу». Дело в том, что будущий автор «Чайки», «Вишневого сада» и «Злоумышленника» учился в общем-то из рук вон плохо, и даже дважды оставался на второй год. В третьем классе причиной послужили двойки по арифметике и географии, а в пятом — по греческому языку. А самое обидное то, что даже по такому предмету, как русская словесность, будущий прекрасный мастер языка, великолепно владевший литературным слогом, никогда не получал больше... четверки, довольствуясь в основном тройками. Нет в мире справедливости...



ПЛЯЖНЫЕ ГАДАЛКИ

Мы привыкли, что гадалки предсказывают нашу судьбу по разным амулетам, зубам динозавров и кофейным гущам. В крайнем случае, «и раскинет она, и разложит благородных своих королей!»... А вот в Японии не так давно стали предлагать новую услугу — гадание по обнаженному телу. И, естественно, основное место работы нудо-гадалок, как их тут же прозвали журналисты, — это пляж.

«Пляжные ворожеи» утверждают, что формы тела многое говорят о том, что ждет человека и каков он сам. По их мнению, изящная пропорциональная фигурка, данная вам от природы, уже говорит о благорасположении к вам изменчивой судьбы. А, например, о возможных романтических отношениях и приключениях в вашем будущем гадалке всё расскажет ваш бюст, об уровне сексуальности — бедра, их размер и изгибы.

В ассортименте гадания присутствуют и советы по выбору партнера для брака. Например, по их мнению, двум «худышкам» счастья не видать — у них вероятность конфронтации очень большая. Также они склонны считать, что мужчины даже атлетического телосложения могут уступить силе характера полненьких дам.

Гадалки владелицам «проблемных» тел, естественно, предлагают позитивные решения (возможно, по договоренности с фитнес-клубами?!): фитнес изменит вашу судьбу! Неизвестно, поможет ли он изменить номер бюста с 0-го на 3-й (это гарантированно изменило бы и судьбу!), но что-то в этом все-таки есть...

САМЫЙ КОРОТКИЙ ФИЛЬМ О ЛЮБВИ

Фразу «Краткость — сестра таланта, но мачеха гонора» однажды блестяще опроверг известный итальянский писатель Тонина Гуэрра, по сценариям которого прекрасные фильмы снимали великие режиссеры — Федерико Феллини, Антониони, Андрей Тарковский. Опроверг, выиграв пари... на краткость.

Пари заключалось в следующем: нужно было придумать сценарий (сюжет) для фильма длительностью не больше 10 секунд. Такого в истории кинематографа еще не было! И Гуэрра придумал!

Уже через сутки писатель принес свой «шедевр»: «Женщина смотрит телевизор. На экране — трансляция старта космической ракеты. Идет обратный отсчет: 10... 9... 8... 7... Мы видим ее лицо: на нем — буря эмоций, переживаний. На последних секундах она берет телефон, набирает номер и со стартом ракеты говорит в трубку: «Он уехал!»...»

В общем, выяснилось, что талант может зарабатывать и кратко-стью!

ПАЛЬЦЫ-ЦЕЛИТЕЛИ

Весь живой мир проявляет свою любовь и симпатию прикосновениями: кто-то трогает другого лапами, кто-то облизывает языком, кто-то ласково трется... Человек здесь не исключение. Причем, потребность в нежности, в ласковых прикосновениях присутствует не только в детстве, а на протяжении всей жизни.

Ученые доказывают: нежные касания уменьшают сердцебиение, снижают артериальное давление, расслабляют, успокаивают, благотворно сказываются на иммунной системе. Есть даже факт, что пациенты, к которым чаще прикасаются медсестры, выздоравливают гораздо быстрее. Предполагается, что непонятным нам пока механизмом прикосновения включают целительные системы тела, а также являются настоящим анестезирующим фактором.

Наши обычаи, традиции не приветствуют «неоправданных» и частых прикосновений и объятий. А вот сексологи убеждены, что отмена традиционных строгостей, касающихся объятий, сделала бы для здоровья наций больше, чем хитроумные диеты и медицинские программы.

Ну, а уж новорожденным и малышам наши прикосновения необходимы, как воздух — это, кроме всего прочего, повышает их способность к выживанию. Те дети, что были лишены телесных контактов или не имели их в достаточной мере, вырастают менее здоровыми и удачливыми.

Объятия и нежные прикосновения любящих могут и жизнь спасать. Тому есть немало примеров, а один — просто феноменальный!

В американском городе Вустер на три месяца раньше срока появились на свет две близняшки — каждая весила чуть меньше килограмма. Их поместили в инкубаторы и обеспечили им прекрасный уход.

Та, что была потяжелее, уверенно пошла на поправку, а ее сестричка буквально таяла на глазах: сердечко билось с перебоями, откладывало дыхание. И тогда отчаявшиеся медики положили ее в один инкубатор с более удачной крошкой. И случилось невозможное! «Старшая» малышка обхватила ручонкой свою слабенькую «младшенькую», и у той в считанные минуты нормализовалась сердечная деятельность и дыхание, порозовела кожа — девочка была спасена!

Недаром объятия всегда означают конец войны, ссоры, раздора и наступление «на земле мира, и в человецех благоволение»!



Уже через сутки писатель принес свой «шедевр»: «Женщина смотрит телевизор. На экране — трансляция старта космической ракеты. Идет обратный отсчет: 10... 9... 8... 7... Мы видим ее лицо: на нем — буря эмоций, переживаний. На последних секундах она берет телефон, набирает номер и со стартом ракеты говорит в трубку: «Он уехал!»...»

Уже через сутки писатель принес свой «шедевр»: «Женщина смотрит телевизор. На экране — трансляция старта космической ракеты. Идет обратный отсчет: 10... 9... 8... 7... Мы видим ее лицо: на нем — буря эмоций, переживаний. На последних секундах она берет телефон, набирает номер и со стартом ракеты говорит в трубку: «Он уехал!»...»

В общем, выяснилось, что талант может зарабатывать и кратко-стью!

ПАЛЬЦЫ-ЦЕЛИТЕЛИ

Весь живой мир проявляет свою любовь и симпатию прикосновениями: кто-то трогает другого лапами, кто-то облизывает языком, кто-то ласково трется... Человек здесь не исключение. Причем, потребность в нежности, в ласковых прикосновениях присутствует не только в детстве, а на протяжении всей жизни.

Ученые доказывают: нежные касания уменьшают сердцебиение, снижают артериальное давление, расслабляют, успокаивают, благотворно сказываются на иммунной системе. Есть даже факт, что пациенты, к которым чаще прикасаются медсестры, выздоравливают гораздо быстрее. Предполагается, что непонятным нам пока механизмом прикосновения включают целительные системы тела, а также являются настоящим анестезирующим фактором.

Наши обычаи, традиции не приветствуют «неоправданных» и частых прикосновений и объятий. А вот сексологи убеждены, что отмена традиционных строгостей, касающихся объятий, сделала бы для здоровья наций больше, чем хитроумные диеты и медицинские программы.

Ну, а уж новорожденным и малышам наши прикосновения необходимы, как воздух — это, кроме всего прочего, повышает их способность к выживанию. Те дети, что были лишены телесных контактов или не имели их в достаточной мере, вырастают менее здоровыми и удачливыми.

Объятия и нежные прикосновения любящих могут и жизнь спасать. Тому есть немало примеров, а один — просто феноменальный!

В американском городе Вустер на три месяца раньше срока появились на свет две близняшки — каждая весила чуть меньше килограмма. Их поместили в инкубаторы и обеспечили им прекрасный уход.

Та, что была потяжелее, уверенно пошла на поправку, а ее сестричка буквально таяла на глазах: сердечко билось с перебоями, откладывало дыхание. И тогда отчаявшиеся медики положили ее в один инкубатор с более удачной крошкой. И случилось невозможное! «Старшая» малышка обхватила ручонкой свою слабенькую «младшенькую», и у той в считанные минуты нормализовалась сердечная деятельность и дыхание, порозовела кожа — девочка была спасена!

Недаром объятия всегда означают конец войны, ссоры, раздора и наступление «на земле мира, и в человецех благоволение»!



Моей внучке уже 13 лет. Родители целый день заняты на работе, а я водила ее сначала в детский сад, теперь провожаю в школу, слежу, чтобы она правильно, по погоде, одевалась, не забывала в школе записывать задания на дом, а дома каждый день вовремя, тщательно и правильно делала уроки. Девочка — послушная, отличница, но очень домашняя: все ее подружки ходят в школу самостоятельно, гуляют одни во дворе... Я же до сих пор хожу с нею всюду: на английский, в бассейн, на общие культурные мероприятия: в цирк, в театр, на экскурсии. Ничего плохого в этом не вижу, но когда-то надо приучить ребенка и к самостоятельности! Подскажите, когда и как это лучше сделать.

Поймите меня. Хочется оградить ребенка от негативного влияния улицы (не секрет, что даже девочки в наше время отличаются какой-то небывалой агрессивностью: дерутся, делают друг другу гадости, устраивают разборки из-за мальчиков), а с другой стороны, нельзя же ей просидеть всю жизнь, прячась от жизни за бабушкиной юбкой!

Вы абсолютно правы, и Вашей внучке можно в чем-то позаимствовать (она живет под неусыпным оком ответственной за нее бабушки), а в чем-то посочувствовать (детство ее проходит не с детьми, а с той же бабушкой).

Начните приучать девочку к самостоятельности с самых элементарных вещей. Отправьте ее в школу одну, а сами наблюдайте, как она справится с дорогой. Через некоторое время перестаньте ее встречать возле школы, но сначала обязательно созванивайтесь. Затем доверьте внучке самостоятельно сходить в магазин. И так, постепенно, расширяйте ее круг общения с окружающим миром.

Для девочки главное — понять, что она способна самостоятельно справиться еще с какими-то заданиями, кроме школьных.

А чтобы уберечь ее от влияния «плохих» подростков, предоставьте ей возможность подружиться с «хорошими». Для этого существуют всяческие секции и студии, одну-две из которых Ваша внучка может выбрать по своим способностям и интересам.

Мы живем с мужем уже около восьми лет. Года три назад я стала замечать, что он часто задерживается на работе, его почему-то стали вызывать на работу в выходные, а потом начались какие-то срочные командировки. Если бы у него было новое место работы, я бы, может быть, воспринимала все это как должное, но он все это время работал там же и так же, как и тогда, когда мы с ним познакомились. И за все это время у него не было ни сверхурочной работы, ни, тем более, командировок. Ясно было, что у него появилась женщина.

Скандалить, разводиться и разбегаться с ним мне очень не хотелось. Поэтому я

решила промолчать. Через какое-то время, видимо, когда его связь на стороне оборвалась, я обрела прежнего, любящего и заботливого мужа и решила, что теперь у нас все будет по-прежнему. Но радоваться мне пришлось недолго. Через полгода он опять стал придумывать разнообразные причины, чтобы отсутствовать дома. Тут уж я молчать перестала. Но все мои попытки поговорить, даже слезы, не вызывали у мужа никакой реакции. Он молча меня выслушивал, а потом, ни слова не говоря, просто уходил из дома. Возвращался на следующий день — без объяснений, без извинений, без тени раскаяния... и все продолжалось по-прежнему.

Я стала чувствовать себя просто невидимой «приставкой к плите и швабре». Разговаривать с ним бесполезно, а терпеть такое потребительское отношение к себе я больше не могу. Подскажите, пожалуйста, как мне себя с ним вести, чтобы его, наконец, проглядо.

Ваш муж, судя по Вашему письму, очень неплохо устроился: его кормят, обстирывают, создают чистоту и уют в квартире, а на Ваши упреки, скандалы и слезы он уже привык не обращать внимания. И ему так удобно. До поры до времени, пока в своем свободном полете он не встретит или любовь всей жизни, или более обеспеченную и совершенно бесхребетную женщину, которая не будет его ни в чем упрекать, требовать к себе внимания и лить слезы.

Но такую «идеальную жену» он может не встретить никогда, значит, та жизнь, какой он живет сейчас, его вполне устраивает. Во всяком случае, на развод он не настроен, потому что развод ему не выгоден.

Другое дело — устраивает ли она Вас! Если Вы отчетливо понимаете, что больше терпеть такое отношение, когда Вас совершенно игнорируют как женщину, а воспринимают лишь как бесплатную прислугу, Вы не можете, попробуйте сделать решительный шаг: соберите вещи и на время переселитесь к родителям или подруге.

Я, конечно, не могу советовать Вам досконально выполнить то, что я предлагаю, потому что не знаю многих обстоятельств вашей жизни, в том числе, материально-имущественных. Безусловно, Вам на месте виднее, поэтому подумайте сами, чем Вашего мужа можно задеть и отрезвить, чтобы при этом Вам самой потратить на эту акцию как можно меньше нервов и здоровья. Может быть, ему без Вас станет так неуютно и одиноко, что он задумается и изменит свое отношение к Вам. Ну а если нет — тогда живите с ним, пока у Вас хватит терпения или пока он

не найдет себе другую кандидатуру «молчаливого обслуживающего персонала».

Когда пять лет назад мы с моей лучшей подругой-единомышленницей решили создать общий бизнес, никто не думал о «распределении ролей» в нем, а когда наша фирма немного окрепла, пришлось это сделать.

Причем, я стала директором, а подруга — моим заместителем. Она — прекрасный специалист и в свое время многое сделала для развития нашей фирмы — на этапе ее становления. Но сейчас ведет себя совсем не так, как раньше: работает так, как ей хочется, иногда даже вопреки моим указаниям, а поскольку у нас с ней еще и разный подход к делу, она берет на себя смелость отменять мои указания сотрудникам и тем самым настраивает их против меня. Как это ни противно, но, в силу наших давних и дружеских отношений, я не могу делать ей замечания, особенно при подчиненных.

Получается, что я вынуждена молча терпеть, хотя вижу, что она со мной как со своим руководителем обращается совершенно бессовестно.

Мне совсем не хочется терять ее ни как ценного специалиста, ни как подругу, но как сделать так, чтобы наша дружба не мешала бизнесу, а бизнес — дружбе?

Вам придется откровенно поговорить с подругой на тему: «Муж — отдельно, котлеты — отдельно», то есть, другими словами: «Ничего личного, только бизнес», а поскольку Вы сами уже поняли, что повели себя на работе с подругой неправильно и позволили ей «сесть себе на голову», разговор должен быть мягким, но предельно конкретным, касающимся только работы.

Попробуйте договориться, что все личные отношения вы отныне выносите за пределы фирмы, а к подруге вы отныне будете применять те же формы воздействия, что и к остальным сотрудникам: поощрять за успехи, наказывать за промахи и неподчинение. Иначе Вам придется расстаться или с подругой, или с вашим общим делом.

У меня очень напряженная работа, и с домашним хозяйством справиться трудно. Поэтому, когда мне порекомендовали в помощницы одну надежную и аккуратную женщину, я решила прибегнуть к ее помощи. Она навела порядок в доме, наладила наш быт, да еще и с ребенком иногда остается. Не женщина — клад!

С ее появлением в моей жизни исчезли

НАЕДИНЕ



малыша с ней и была абсолютно спокойна и за него, и за свой дом: мама могла и продукты купить, когда гуляла с ребенком, и обед приготовить, когда он спал. Да что и говорить — даже когда мальчик болел, я была уверена, что мама сделает все, что нужно мальчику, даже лучше, чем я.

Сейчас мама сама нуждается в помощи, а сын подрос и ходит в детский сад, но она никак не может понять, почему я плачу деньки «чужой тетеньке», если есть она — кто же лучше родной матери и бабушки и за ребенком присмотрит, и по хозяйству поможет.

А я-то «почувствовала разницу» и поняла, что без помощницы уже жить не смогу, вот и приходится маме плакать, что-то придумывать, выкручиваться. Но так долго продолжаться не может, да и сыночек может меня выдать. Подскажите, как мне лучше поступить.

Если Вы для себя решили, что без помощницы по дому обойтись не получится, значит, надо искать аргументы для убеждения Вашей мамы.

В нашей напряженной и стремительной жизни очень важно сохранить не только силы, но и нервы, иначе будет страдать здоровье. Вот как-нибудь так, чтобы мама Вас могла понять, и постройте свою убедительную речь, посвященную необходимости (для сбережения сил, нервов и здоровья) присутствия в Вашем доме помощницы по хозяйству. Но при этом не вздумайте чем-либо принизить мамину роль в помощи Вашей семье. Эти неоценимые заслуги должны стоять на первом месте и быть обязательно ярко и неоднократно подчеркнуты.

Очень хороший вариант — пригласить Вашу помощницу в дом Вашей мамы, чтобы помочь ей с генеральной уборкой: сделать то, что она уже делать не в силах: вымыть окна, протереть люстры, снять, постирать и снова повесить шторы...

Возможно, Ваша мама на собственном примере по достоинству оценит ту пользу, какую приносит Ваша помощница Вашей семье, и эта акция станет самым убедительным аргументом.

Моему единственному сыночку недавно исполнилось 16 лет. Они ведь сейчас все такие молодые — да ранние! И у сына началась половая жизнь.

Я ничего не имела бы против, если бы у него была первая юношеская влюбленность. В этом возрасте романтические чувства рождались у всех, и это нормально.

Но в случае с моим сыном ни о какой

романтике не может быть и речи. Какая романтика, если у него бывают по две-три девушки одновременно и относится он к интимным отношениям с ними как к чему-то обыденному — вроде как в кино вдвоем сходили.

Когда я начинаю ему говорить, что так поступать нельзя, он делает вид, что не понимает меня. А может быть, и правда, не понимает. Подскажите, как достучаться до его души, как объяснить, что надо остановиться на одной избраннице.

Конечно, мальчики к ранним половым связям относятся гораздо проще, чем девочки. Но и мальчики, и девочки бывают разными. Есть, конечно, надежда, что когда-нибудь Ваш сын по-настоящему влюбится и захочет всю жизнь быть вместе только с одной-единственной девушкой. Но, если говорить откровенно, она очень слабая.

Наверное, Ваш ребенок — мальчик яркий, притягательный и в кругу своих сверстников достаточно популярный. А раз у него бывает по две-три девушки одновременно, то он не просто избалован девичьим вниманием, но и развращен им.

Таких «любителей острых ощущений» может остановить только угроза какой-нибудь опасности.

Вот и расскажите сыну об опасностях незащищенного секса во всех красках — ведь угрозу СПИДа никто еще не отменял! А кроме этого, могут быть и другие очень неприятные последствия — от различных заболеваний, передающихся половым путем, до нежеланной и ранней беременности, ведь как известно, абсолютно надежной контрацепции не существует.

Подготовьтесь, почитайте соответствующую литературу — лучше всего с наглядными примерами из жизни, из художественной литературы или из кино...

Ваша задача не столько напугать, сколько предостеречь своего ребенка от «ошибок молодости», за которые иногда мужчинам приходится отказываться от своей мечты, выбирать совсем не ту профессию, призвание к которой испытывал с детства, а то и вообще ломать свою жизнь, которая у него только начинается. Если сын еще способен Вас услышать, постарайтесь сделать все, чтобы самой не стать бабушкой так рано, и он впоследствии горько не пожалел о своей излишне бурной юности и бездумном отношении к сексу.

Юлия АЛЕКСЕЕВА

многие проблемы, которые отравляли мое существование.

Но зато появились другие: моя мама никак не может понять, зачем мне помощница, если у меня есть она.

Да, было время, когда я оставляла своего

С ПСИХОЛОГОМ



ДВЕ ПРИЧЕСКИ С КОСАМИ

Косы остаются на пике популярности и считаются одними из самых модных укладок.

Эти простые и оригинальные прически с косами выполняются буквально за несколько минут.

● Начните плести одностороннюю французскую косу от правого виска, заводя ее на затылок.

Доплетите косу до конца, заведите ее под верхний слой волос слева и закрепите ее резинкой вместе с небольшой прядью, отделенной над косой за левым ухом.

● Выделите среднюю часть волос на затылке и заплетите их во французскую косу. Соберите все волосы в хвост вместе с косичкой. Закрепите резинкой и подверните нижнюю часть хвостика внутрь, закрепив шпильками.



ШАРМЫ ДЛЯ ВОЛОС

Обычные шармы для браслетов можно запросто использовать и для украшения прядей волос. Лучше подойдут для этих целей шармы-стопоры, но можно воспользоваться и обычными, просто постарайтесь захватывать в шармы пряди потолще – тогда они не будут спадать и останутся на волосах там, где вы их прикрепили.

Подготовила
Марина ХРИСТЕНКО



Создайте свое неповторимое украшение для волос из браслета и обычной резинки. Приклейте ее к средней части браслета с внутренней стороны и соберите волосы в пучок или хвост как обычно!



НЕ СМЫВАЙТЕ КОНДИЦИОНЕР!



«У меня очень капризные волосы. Они не любят морскую воду, становятся от нее жесткими и торчат в разные стороны, хотя я их мою, когда возвращаюсь с пляжа домой, и каждый раз ополаскиваю после морской воды. Я даже пробовала плавать в шапочке, но, к сожалению, она мало помогает. Тогда я попробовала сначала использовать несмываемый кондиционер, а потом и обычный. С ним вообще отлично. Перед пляжем я мою голову или просто смачиваю волосы, наношу обычный кондиционер и, не смывая его, даю волосам высохнуть. Конечно, волосы не выглядят пышными и блестящими, но мне на пляже этого и не требуется. Зато кондиционер образует на волосах пленку и отлично защищает их от морской воды. От солнца надо обязательно надевать шляпу или панаму. После возвращения с пляжа я сначала смываю оставшийся кондиционер, потом мою голову.

Возможно, я нарушаю какие-то правила, но делаю так в последние два года и возвращаюсь из отпуска с нормальными, а не убитыми волосами». Кристина, Рязань.

ДЛЯ КРАСОТЫ ВАШИХ ВОЛОС

Если ваши волосы пострадали от солнца и морской воды, стали сухими, жесткими, потеряли блеск, воспользуйтесь дынной маской.

● Смешайте 2-4 ст. ложки размятой в пюре дыни, 1 ст. ложку сметаны и по 1 ч. ложке оливкового масла и меда. Нанесите маску на сухие волосы перед мытьем головы, оберните голову полиэтиленовой пленкой и укутайте полотенцем. Через 40 минут вымойте голову как привыкли. Для большего эффекта можно ополоснуть волосы после мытья настоем ромашки, крапивы или липового цвета (2 ст. ложки на 1 литр кипятка).

Эта маска питает, увлажняет кожу головы и волосы, добавляет гладкости.

А пока вы в отпуске на морском побережье, усовершенствуйте свой кондиционер. Поскольку мыть голову после купания в море приходится каждый день, добавьте во флакон с кондиционером 2-3 ст. ложки меда. После мытья головы наносите кондиционер на волосы и оставляйте на 30 минут, надев шапочку для душа, а после этого тщательно смывайте.



ТРИ ВОПРОСА О ВАЖНЫХ МЕЛОЧАХ

Тем, кто не просто раз в неделю моет волосы, а заботится об их красоте и здоровье, всегда хочется знать тонкости ухода за ними.

О КОНДИЦИОНЕРЕ

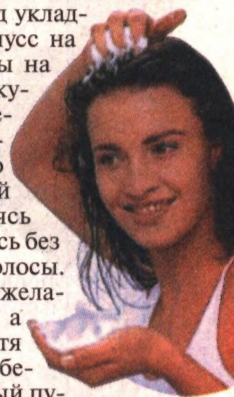
Почему кондиционер нельзя наносить на волосы у корней? Им ведь тоже требуется не только очищение, но и уход.

Ухаживать за волосами у корней желательно с помощью масок для волос. А кондиционер утяжеляет волосы, и они теряют прикорневой объем. По этой же причине надо во время мытья головы как следует смывать и шампунь, и кондиционер.

ОБ ОБЪЕМЕ

У меня сухие тонкие волосы, которые слегка вьются. Я их выпрямляю при укладке, но тогда они не хотят держать объем.

Если вы хотите придать больше объема прическе, после того как вымытые волосы подсохнут, перед укладкой обязательно нанесите мусс на всю длину, разделите волосы на три части: затылочную, макушечную (от уха до уха) и переднюю. Начинайте укладку феном, используя большую круглую щетку, с затылочной части, постепенно продвигаясь вперед. Постарайтесь обойтись без лака для волос — он сушит волосы. Поскольку сухие волосы нежелательно мыть каждый день, а объем хочется сохранить хотя бы на два дня, перед сном соберите волосы в высокий рыхлый пучок.



ОБ ОКРАШИВАНИИ

У меня чувствительная кожа головы, но я вынуждена красить волосы, так как начала седесть. Каждое окрашивание заканчивается зудом и раздражением, какие бы краски я ни использовала.

Возьмите на вооружение метод стилиста известной актрисы Скарлетт Йохансон. Он добавляет в красящую смесь пару капель арганового масла. Оно снижает агрессивность красящей смеси и добавляет цвету насыщенности. К тому же, после окрашивания актриса добавляет это масло в средства ухода: шампуни, маски, кондиционеры. Ведь масло отлично питает и увлажняет волосы.

Попробуйте, возможно, и Вам это средство поможет окрашивать волосы без проблем для кожи.

Подготовила Галина УШАКОВА



ЗАВТРАК, СОХРАНЯЮЩИЙ КОЖУ

Известный американский дерматолог Дорис Дэй советует есть на завтрак продукты, содержащие жирные кислоты: миндаль, тунца или лосося. Тогда эти полезные вещества в течение дня будут снабжать кожу полезными веществами, которые останавливают воспалительные процессы в коже, подтягивают ее и помогают обрести ровный цвет и свежий вид.

Не можете заставить себя есть эти продукты утром? Съешьте на обед.

РАЗДЕЛИТЕ УХОД

Внимательно читайте этикетки на своих средствах для ухода за кожей, чтобы знать, какие из них лучше работают утром, а какие вечером.

Средства с антиоксидантами больше подходят для утреннего применения, а с ретиноидами и пептидами — для вечернего.



ЗАМЕНИТЕ ЛЕД ГОРОШКОМ



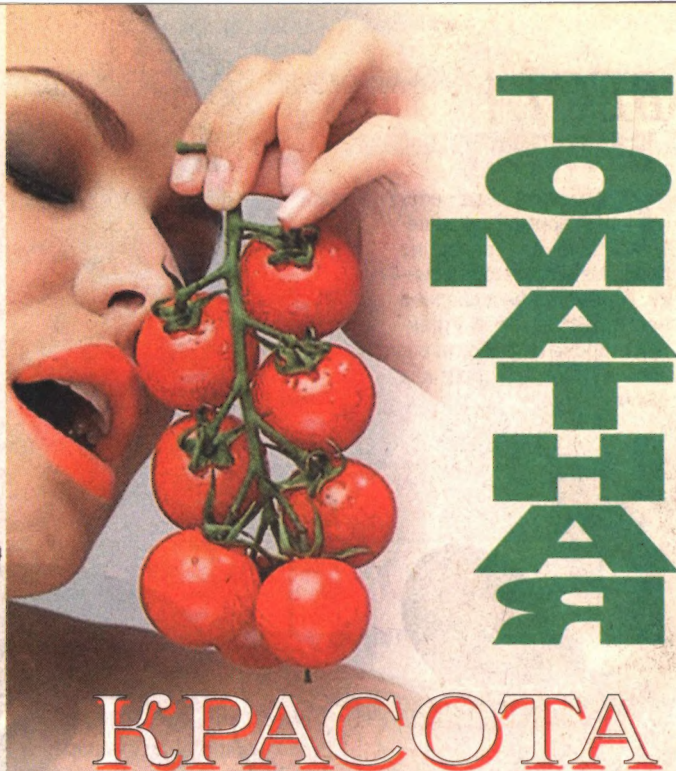
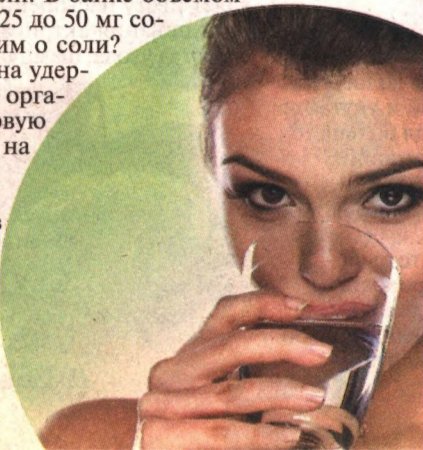
«Однажды, нечаянно ударившись ногой, я достала из морозилки пакет с замороженным зеленым горошком и, приложив его к месту ушиба, поняла, как удобно он облегает ногу. С тех пор у меня в морозилке лежат маленькие пакетики с горохом, которые я, придя с работы и сняв макияж, кладу на глаза на 5 минут, чтобы снять отеки и усталость. В отличие ото льда, горох принимает форму любой поверхности и охлаждает именно то место, где требуется». Анна, Пермь.

СКРЫТАЯ СОЛЬ

Я стараюсь регулировать количество выпитой жидкости в пределах 2 литров, но все равно летом просыпаюсь с глазами-щелочками, как будто пью пиво с воблой. Проверила почки — все в норме, доктор сказала, что в их работе нет отклонений. Можете, вы знаете, в чем причина?

Нам лестно, что Вы так цените наши советы. У нас есть предположение, почему у Вас такие отеки. Вы ничего не пишете о том, в каком виде употребляете жидкость. Некоторые напитки содержат в себе соль, например, минеральная вода, которой многие заменяют обычную. Много соли содержится и в безобидной газировке всех видов. Все боятся, что с нею получают лишний сахар, но никто не задумывается о том, что сода, которая содержится в любой газировке, — источник соли. В банке объемом 300 мл содержится от 25 до 50 мг соли. Почему мы говорим о соли? Потому что именно она удерживает воду в тканях организма, а отеки в первую очередь появляются на лице.

Проанализируйте свои предпочтения в напитках, попробуйте заменить их на чистую воду, и если все останется по-прежнему, пройдите более тщательное обследование.



Когда еще писать о пользе масок с помидорами, как не в августе, когда грядки на огородах и прилавки магазинов полны вызревших томатов всех сортов и расцветок.

В зависимости от цвета, в помидорах преобладают те или иные полезные вещества. Красные и розовые сорта лучше подойдут для антивозрастных масок, оранжевые улучшают цвет лица, зеленые отбеливают и успокаивают кожу. В желтых помидорах меньше всего веществ, полезных для кожи. Зато в помидорчиках черри при полном сохранении полезных свойств почти в 2 раза больше витаминов и антиоксидантов, чем в помидорах остальных сортов.

Помните, что кожу с помидоров, если вы хотите использовать их для масок, надо снимать, но обдавать кипятком помидоры не надо, просто разрежьте плод, удалите семена, а мякоть выньте ложкой.

ПОМИДОРНЫЕ МАСКИ

- подходят для борьбы против воспалений и сухости кожи
- восстанавливают защитные функции клеток и улучшают состояние кожи при угрях
- помогают регенерации клеток
- избавляют от чрезмерной пигментации
- успокаивают и омолаживают кожу
- увлажняют кожу и делают ее мягкой и шелковистой.

ВНИМАНИЕ! Томаты могут вызвать аллергию, поэтому маски можно применять только после пробы на сгибе локтя и не чаще 1 раза в 10 дней.

ДЛЯ КОЖИ ЛЮБОГО ТИПА

- Смешайте 1 ст. ложку овся-

ной муки с 1 ч. ложкой сухого молока, разведите смесь пюре из оранжевого помидора до консистенции густой сметаны и нанесите на кожу лица и шеи на 25 минут. Затем смойте теплой водой.

Маска разглаживает кожу и улучшает цвет лица.

- Натрите мякоть 2 помидоров черри, добавьте 1 ч. ложку творога (жирность зависит от типа кожи), соль на кончике ножа, перемешайте и нанесите на кожу лица на 15 минут. Затем смойте маску теплой водой.

Маска увлажняет и смягчает кожу.

- Смешайте 1 ст. ложку пюре из помидоров с 1 ч. ложкой натертого на мелкой терке огурца и 1 ч. ложкой сока алоэ. Для густоты можно добавить овсяной муки или просто наносить маску



сока. Нанесите маску на кожу лица на 10 минут, затем смойте прохладной водой.

Маска успокаивает кожу и сужает поры.

ДЛЯ УВЯДАЮЩЕЙ КОЖИ

● Смешайте 1 ст. ложку пюре из сладкого розового помидора с 1 ч. ложкой меда (если у вас нет на него аллергии) и 1 ч. ложкой йогурта. Нанесите маску на кожу лица и шеи на 30 минут. Затем смойте маску теплой водой.

Маска увлажняет и питает кожу, разглаживает мелкие морщинки.

в несколько приемов, давая каждому предыдущему слою подсохнуть на коже. Держите маску на коже 15 минут, а затем смойте теплой водой.

Маска разглаживает и слегка отбеливает кожу.

ДЛЯ ЖИРНОЙ КОЖИ

● Разрежьте пополам бурый помидор, удалите семена и сотрите на мелкой терке мякоть с кожуры. Добавьте к полученному пюре столько картофельного крахмала, чтобы получилась густая смесь. Нанесите ее толстым слоем на кожу лица на 10 минут. Затем смойте теплой водой.

Маска обезжиривает кожу и сужает поры.

● Смешайте 1 ст. ложку пюре из розового или красного помидора со взбитым белком и несколькими каплями лимонного

ДЛЯ СУХОЙ КОЖИ

● Смешайте мякоть половины помидора с 1 ст. ложкой сока или мякоти светлого винограда и нанесите на кожу лица и шеи на 20 минут. Смойте маску ромашковым настоем.

Чтобы приготовить настой, залейте 1 стаканом кипятка 1 ст. ложку ромашки аптечной, дайте остыть до теплого состояния и процедите.

Маска питает и увлажняет кожу.



ЛЮБИТЕЛЬНИЦАМ БЛЕСКА С ПЕРЦЕМ

Многие дамы губной помаде предпочитают блеск для губ. Некоторым особенно нравится блеск, увеличивающий

объем за счет содержащегося в его составе экстракта перца. Стоит такой блеск дороже, но, слегка пощипывая губы, делает их пухлее. Того же эффекта можно добиться, если добавить в обычный блеск для губ пару капель мятного (ментолового) масла, которое можно купить в любой аптеке. А мята на губах, возможно, понравится вам больше, чем перец.

САМЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ БРОНЗАТ

Если вы хотите добавить лицу загара или скульптурности, отличным выходом будет бронзат. А ведь его можно приготовить самостоятельно на своей кухне и из самых натуральных продуктов.

Смешайте 1 ст. ложку молотой корицы, 1 ч. ложку порошка какао, 1 ч. ложку мускатного ореха и 2 ч. ложки кукурузного крахмала. Перемешивайте до получения полной однородности. Наносите бронзат широкой кистью. Но если вы не хотите пахнуть, как свежеспеченная булочка, подержите порошок некоторое время открытым на воздухе, чтобы улетучился аромат корицы.



В РОЛИ ПЯТНОВЫВОДИТЕЛЯ — ПЕНКА ДЛЯ БРИТЬЯ

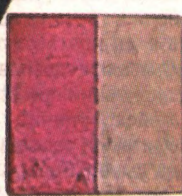
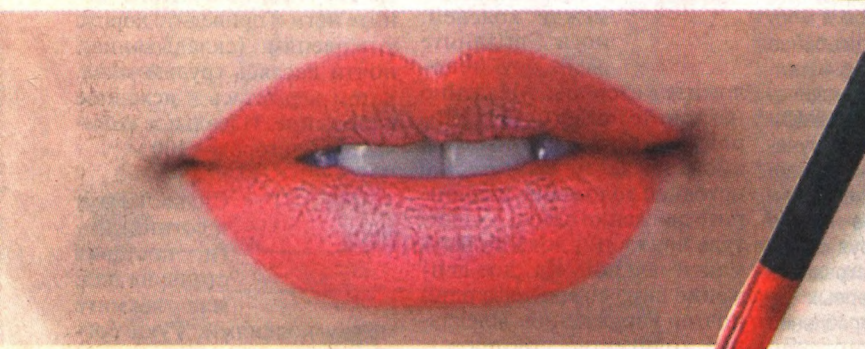
Если вы торопитесь и наносите макияж уже одевшись, достаточно нечаянно мазка кисточкой на одежде — и настроение испорчено. Не торопитесь переодеваться. Смочите водой ватный тампон, нанесите на него немного пенки для бритья и сотрите пятно. Попробуйте применить этот способ и для удаления следов тона с воротника блузки или отворота водолазки, где они неизбежно остаются, если вы наносите тон по всем правилам.



ТЕНИ ДЛЯ ГУБ?

Часто, покупая в наборе тени для век, мы используем всего один-два цвета. Найдется применение и другим, если среди них есть матовые тени телесного или светло-розового оттенка.

Достаньте их из палетки и положите в морозилку или нулевую зону холодильника, а когда на губах уже будет помада, сверху (пальцем, спонжем или кисточкой) нанесите на губы слой теней. Так вы придадите им дополнительный объем, а помада приобретет матовость и стойкость.





МЫШЦЫ ЛЮБЯТ СЛАДКОЕ

Да. Вам не показалось. Так оно и есть. Но только в том случае, если вы активно тренируетесь, чтобы приобрести красивое тело и крепкие мышцы. Дело в том, что для интенсивной тренировки со значительными нагрузками нужны силы, энергия. А лучший источник энергии — углеводы.

Все знают, что за час-полтора до тренировки обязательно следует поесть. Вот только очень важно, что вы станете есть. И источником углеводов должны быть не булки, пирожные и шоколад, и даже не макароны. Чтобы сил хватило на тренировку, углеводы должны быть сложными. Самая подходящая еда — каша.

Если в организме не будет сложных углеводов, во время тренировки ради получения нужной энергии он начнет расщеплять незаменимые аминокислоты белков. Что вредно для здоровья и, в первую очередь, для мышц. Организму просто не из чего будет их строить, ведь белки, которые нужны для этого, потрачены на энергию.

КОГДА ХОЧЕТСЯ УДАРИТЬ

Если вас кто-то разозлил настолько, что его хочется ударить, не копите в себе негатив. Просто возьмите в рот карандаш, и вы почувствуете облегчение. Это средство воздействует те же мышцы, которые позволяют вам улыбаться. Если вы подержите карандаш во рту хотя бы минуту, в мозг уйдет команда исправить ваше настроение.



ПМС В ГРУДИ?

Многие женщины, особенно в возрасте от 30 до 40 лет, жалуются на периодические боли в груди во время ПМС.

Боль в груди в этот период ученые объясняют сдавливанием нервных окончаний при отеке молочных желез. Значит, ее можно уменьшить, не провоцируя отеки. Отсюда вывод. Если вы страдаете от таких болей, при первых же симптомах сократите потребление соленого, по возможности откажитесь от кофе и газированных напитков. И не забывайте давать своим железам отдых. Как только появляется возможность, снимайте бюстгальтер, который сдавливает грудь, провоцируя усиление боли.



МИГАЮТ ПИГ

Эти пять суперэффективных упражнений помогут вам добиться тонкой талии и плоского живота всего за две недели. Это особенно актуально, если до отпуска у вас осталось ровно столько же времени. Занимайтесь через день, стремясь добиться максимального количества указанных повторов упражнения. Для тренировок вам понадобится специальный мяч с утяжелением весом в 1-1.5 кг. Кстати, его можно заменить подручными средствами — например, полуторалитровой пластиковой бутылкой, наполненной водой.

1

Лягте на спину, мяч поместите между коленей, ноги вытяните вверх, руки положите в стороны. Медленно наклоните ноги в правую сторону так низко, как только сможете, затем вернитесь в исходное положение и повторите движение влево. Амплитуда движений должна быть максимальной. Каждое движение вниз считайте за один повтор упражнения. Идеальное количество повторов — 50.

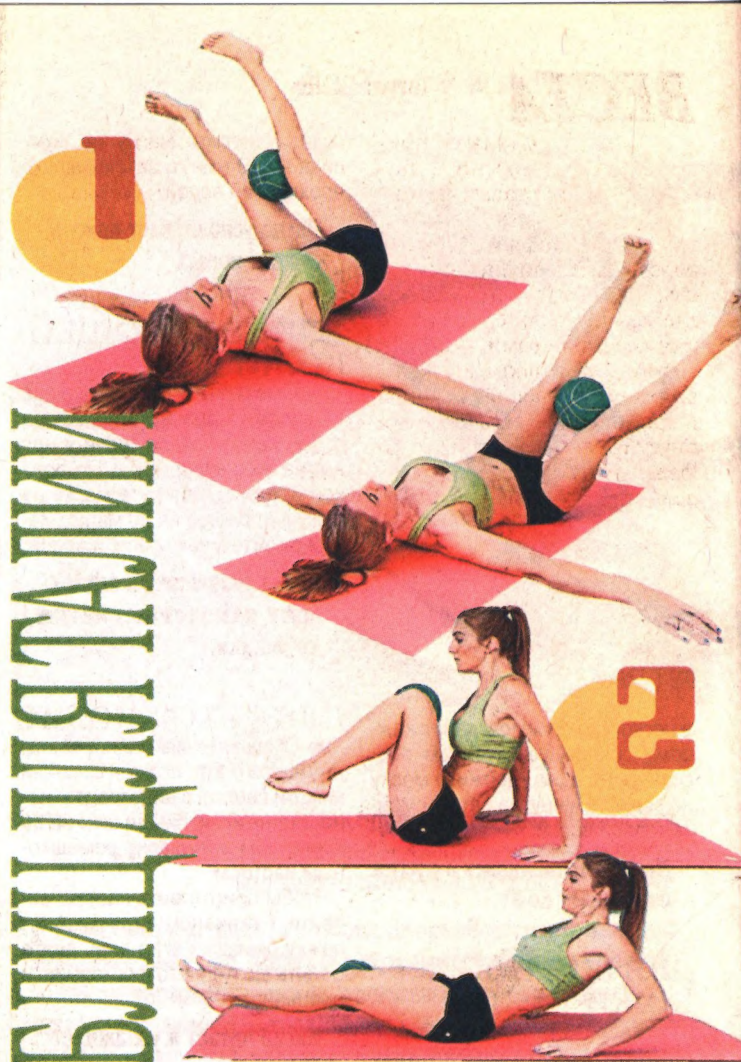
2

Сядьте на пол, зажав мяч между коленями. Ладони по-

ставьте на пол позади корпуса. Из этого положения согните ноги и приведите корпус к коленям (складывание), почти касаясь грудью мяча. Затем вернитесь в исходное положение. Идеальное количество повторов — 100.

3

Сядьте на пол и согните ноги, поставив стопы на пол, мяч зажмите между коленями. Руки согните и заведите ладони за голову. Из этого положения выполняйте повороты туловища влево-вправо, касаясь локтем мяча. Идеальное количество повторов — 90 (по 45 в каждую сторону).



4

Станьте прямо, ноги поставьте на ширину плеч, мяч держите перед собой в опущенных руках. Из этого положения слегка присядьте, опуская мяч между бедрами, и затем с силой «вытолкните» его вверх, поднимая над головой в прямых руках. После этого опустите вниз и повторите. Идеальное количество повторов — 150.

5

Лягте на левый бок с опорой на левое предплечье, зажав мяч голенями ближе к стопам. Правую руку согните и заведите ладонь за голову. Из этого положения поднимите бедра вверх так высоко, как сможете. После этого вернитесь в исходное положение. Идеальное количество повторов — 30 с каждой стороны.



Подготовила Марина ГРУЗДЕВА



ТУТ СЛЫШУ - ТУТ НЕ СЛЫШУ

В ночном клубе, на рок-концерте, да и во многих шумных местах очень трудно общаться, приходится кричать друг другу прямо в ухо. Но и в этом случае слышно далеко не каждое слово. Но есть очень простой прием для улучшения слышимости.

Прикройте ушное отверстие пальцем, но не зажимайте. Палец будет служить своеобразным фильтром, превращая шум в фон и давая возможность слышать слова более четко.

КРЕМ ИЛИ ЛОСЬОН?

У меня на голенях шелушится кожа. Летом это особенно заметно и неприятно. Подскажите, что лучше для ухода за ней: крем или лосьон?

Галина К., г. Воронеж

Все зависит от причины шелушения. Если вы «перезагорали» на пляже, и кожа просто обгорела и теперь шелушится, то выбрать лучше лосьон, его будет достаточно. А вот внесезонное шелушение по причине чрезмерно сухой кожи лосьоном убрать не удастся. Нужны и длительный курс ухода, и средство, которое глубже проникает и дольше действует. Так что для устранения такого шелушения больше подойдет увлажняющий крем.



МУЗЫКА ИЛИ ИГРА?

Вы вернулись из отпуска, но никак не можете войти в ритм работы, постоянно чувствуя себя на взводе? Наверняка вы понимаете, что это стрессовое состояние нельзя копить, обязательно надо расслабляться. Но как? Многие вечером садятся за компьютер — поиграть. А доктора советуют людям в состоянии постоянного стресса слушать музыку. Компьютерные игры требуют сосредоточенности, держат в напряжении. А вам требуется расслабление. Для этого нет ничего лучше любимой приятной музыки. Музыкальная терапия способствует углублению дыхания, а от этого организм лучше снабжается кислородом и в мозгу повышается уровень серотонина.

ПАХНЕТ НЕ КОЖА

У меня довольно неприятный запах пота. Я принимаю душ утром и вечером, пользуюсь дезодорантами-антиперспирантами. Но все равно мне кажется, что от меня исходит запах пота. У меня даже выработалась привычка принохиваться к себе. Причем, подмышки вроде бы не пахнут, а запах все равно чувствуется.

Светлана П., г. Оренбург

Причиной неприятного запаха может быть не только потная кожа, но и... волосы, впитавшие запах. Сейчас многие, вняв советам специалистов, стараются не изнурять волосы ежедневным мытьем. Но это не Ваш случай. Если Вы чувствуете запах пота при чистом теле, значит, виноваты волосы. Старайтесь по возможности в жаркую погоду мыть их каждый день, особенно, если потеете с головы до ног. У многих голова потеет даже больше, чем тело, причем не только во время жары, но и просто в душном помещении.

Подготовила Галина УШАКОВА



Можно ли при опущении матки иметь детей? Мне всего 20 лет.

Это зависит от степени опущения, то есть от того, как такое состояние может помешать родам. Данный дефект можно исправить в вашем возрасте с помощью упражнений: укреплять мышцы промежности и тазового дна, использовать корректирующее белье. Но даже при значительной степени опущения можно провести восстанавливающие операции для устранения дефекта, их сейчас разработано множество. Вообще и после операции, и без нее надо готовиться к родам: укреплять мышцы брюшного пресса и промежности. Физкультура проводится по согласованию с врачом и обязательно — во время беременности.

Что такое дермоидная киста?

Дермоидная киста (дермоид, зрелая тератома, эпидермоид) — доброкачественное образование, возникшее как результат патологии внутриутробного развития. Размеры такой кисты не более 12-15 см. Форма круглая или овальная. Иногда в ней есть плотные участки — хрящи и кости. Как правило, дермоидная киста состоит из одной камеры, наполненной салом и волосами. Иногда в ее содержимом встречаются зубы, так как в кисте могут быть ткани, соответствующие головному концу зародыша.

Обычно дермоидные кисты появляются с одной стороны, чаще — на правом яичнике, растут медленно. Дермоидная киста не обладает гормональной активностью. Течение ее развития обычно благоприятное. Редко выражен болевой синдром, живот не наполняется жидкостью, общее состояние обычно не нарушается. Но поскольку дермоидные кисты часто сочетаются с другими пороками развития и образованиями, то необходимо тщательное обследование и по возможности — удаление.

Мне поставили ВМС, и вскоре после этого нарушился менструальный цикл и развилось воспаление придатков. Я пробовала лечиться, но ничего не помогает. Что мне делать?

Необходимо удалить ВМС (спираль) и провести лечение воспалительного процесса. Видимо, подобные изменения связаны с ее введением.

У меня железисто-кистозная гиперплазия эндометрия. Делали несколько раз чистки, но все продолжается вновь. Предложили удалить матку. Единственный ли это выход из положения?

Если существует непосредственная угроза для жизни (например, измененные показатели крови, тяжелое общее состояние организма), то приходится прибегать к такому лечению. Если есть возможность отсрочки, то можно попробовать прием гормональных контрацептивов или препаратов, полностью блокирующих гормональный цикл, или внутриматочного контрацептива с резервуаром для гормонов, который, собственно, и был создан для этих целей.

ДЕРМАТОЛОГ

ОТВЕЧАЕТ

Ольга ДЕМЬЯНОВА

Кандидат
медицинских наук

У меня иногда появляются прыщи, которые проходят примерно через 15 минут без следа. Они бывают на бедрах, животе в виде полос, бывают, если замерзну или подымаюсь. Что это такое, может, крапивница? С детства у меня диатез. К какому доктору мне обратиться?

Таким образом протекать может, действительно, только крапивница. Вариантов крапивниц достаточно много, и они имеют различную природу. Возможно, у Вас имеет место холодовая крапивница (поэтому волдыри появляются при охлаждении и контакте с водой). Чтобы установить причину и назначить соответствующее лечение, обычно требуется очная консультация и обследование. Для начала нужно обратиться к дерматологу. При необходимости Вас направят на консультации к другим специалистам (гастроэнтеролог, аллерголог).

У меня и у моих сыновей ихтиоз. У моих родителей и мужа кожа чистая. Сейчас сыновья женились. Я консультировалась с дерматологом, и мне сказали, что у внуков тоже будет ихтиоз.

В передаче по телевизору я слышала, что если в течение недели после родов что-то сделать, то у малыша будет здоровая кожа. Только я не очень поняла, что именно надо сделать. Подскажите, куда можно обратиться. Где этим занимаются?

Чтобы давать прогнозы в отношении будущих внуков, необходима консультация медицинского генетика, так как типы наследования ихтиоза бывают разными. Опять же, для этого нужно более подробно знать, как протекало в детстве заболевание у Вас и Ваших детей. Нельзя сказать, что в 100% случаев дети сыновей унаследуют заболевание.

Кроме того, есть методика пренатальной диагностики (то есть во время беременности).

Метод лечения, о котором Вы слышали, это, видимо, системное применение (в таблетках или инъекциях) глюкокортикостероидных гормонов (чаще это преднизолон) в первые недели и месяцы жизни новорожденного. Такое лечение назначают при врожденных формах ихтиоза, то есть при таких, когда патологические изменения формируются в период внутриутробного развития, и ребенок рождается уже с проявлениями этого заболевания.



КОГДА ЛАВРУШКУ ЕСТ КОМАРИК

У меня на кухне много лет рос кустик лавра. Я его холила и лелеяла: пересаживала, боролась с клещами методом прохладного опрыскивания.

Два года назад на нем появилась мелкая мошка и так расплодилось, что просто кишела на земле у ствола. И листья покрылись пятнами и стали сохнуть. Я и на лоджии свой любимый лавр выносила, и брызгала, и верхний слой почвы сняла...

В магазине «Среди цветов» мне сказали, что мошка завелась из-за того, что я растение залила. В общем, засушила я свою лаврушку, и она погибла. А мошка, правда, ее осталось немного, жива еще. Причем, заводится эта гадость только на лавре — а на других растениях ее нет. Лавр я куплю другой, но боюсь, что на нем снова заведется мошка.

Как уберечь растение от этой напасти?

Описанные Вами симптомы указывают на заражение растения сциаридой (грибной комарик). Личинки этих насекомых развиваются во влажной почве, поэтому грибной комарик поражает в основном те растения, которые поливают часто и обильно. Методы борьбы с этим вредителем сводятся к полной систематической многократной обработке растения сильным системным инсектицидом. Для этого кустик надо извлечь из горшка, осмотреть земляной ком и корни. Если в грунте видно много личинок, а корни повреждены, верхний слой почвы удаляют, растение помещают обратно в горшок, проливают земляной ком раствором инсектицида, им же опрыскивают листья и оставляют растение на 2-3 дня. Затем снова достают из горшка, отряхивают грунт, стараясь не повредить корни, и пересаживают в свежий продезинфицированный грунт. Горшок перед пересадкой ошпаривают кипятком. После пересадки необходимо скорректировать режим полива, чтобы предотвратить новое нашествие комариков. Для дезинфекции грунта его прожаривают в микроволновке на максимальной мощности в течение 10 минут или 40 минут в духовке при температуре 120°. Впоследствии профилактическую обработку проводят раз в 1,5-2 месяца.

И обязательно проводят обработку всех растений в доме.

Как видите, бороться с грибным комариком несложно. Однако, кроме описан-

ных симптомов, Вы прислали в редакцию листок лавра. На нем явно видны следы поражения трипсом. Взрослые особи этого вредителя имеют крылья и тоже могут считаться «мошками». Мелкие личинки трипса живут на листьях растения, питаются их мякотью, оставляя на поверхности листа блеклые высосанные дорожки. Борьба с этим вредителем осложняется тем, что на некоторых стадиях развития яйца и личинки почти не восприимчивы к препаратам. Поэтому для полного истребления трипса необходимо заменить верхний слой почвы, а также провести ряд обработок сильным системным инсектицидом. Обработывают как само растение, так и грунт 3-5 раз с интервалом в 7-10 дней. А для всех растений в доме раз в 1,5-2 месяца проводят профилактическую обработку.

Надеемся, что наши советы помогут Вам сохранить Ваши комнатные растения.



ПЯТОЕ КОЛЕСО ОТ ТЕЛЕГИ

Если в вашем хозяйстве завалялись колеса от старой телеги или вы вдруг увидели их на сельской свалке, дайте им вторую жизнь. Из них получаются отличные боквины для садовой скамейки.

А чтобы выдержать стиль, для сиденья и спинки используйте не свежие доски, а горбыль. В идеале следует сварить или склепать основу для скамьи из металлического уголка, а потом прикрепить к ней колеса.



ФАРТУК ДЛЯ ТАЧКИ

Конец лета и начало осени не менее загружены садовыми работами, чем весна и начало лета. Надо не только убрать урожай, но и навести на участке порядок, а также подготовить к зимовке кусты, деревья и многолетники.

Чтобы не бегать по саду сначала за тачкой для листьев или ботвы, а потом за инструментами и перчатками, сшейте для тачки фартук из плотной ткани с кармашками на завязках или резинках. Он очень удобен. Крепится к ручкам, не мешает везти тачку, а мелкий садовый инструмент и семена для посева под зиму будут у вас под рукой. Так вы сможете сэкономить время и силы.

БЕЗ ПЕРЕСОРТИЦЫ

Сортовые гладиолусы, тюльпаны, нарциссы, георгины радовали вас своей красотой все лето. Пусть же и на следующее будет так же. Но, к сожалению, цветы имеют свойство мельчать, если их не выкапывать на период зимнего покоя, и пересаживать, теряя сортовые признаки. А возможно, вы высаживаете растения по цветам, формируя эстетику клумбы. В общем, весной вам надо будет точно знать, клубни и луковицы какого сорта и какой расцветки сохранились. Чтобы не мучиться с кульками и корбочками, купите тонкий черный несмываемый маркер и пишите необходимую информацию прямо на клубнях и луковицах.

Подготовила Катерина ЧАПЛЫГИНА





КЛУМБА

В ПРИСТВОЛЬНОМ КРУГЕ

Все садоводы знают, что приствольные круги следует регулярно пропалывать, вскапывать, рыхлить и поливать.

Но не всегда до этого доходят руки.

Мы предлагаем разбить под каждым деревом маленькую клумбу. Тогда рыхлая земля, отсутствие сорняков и регулярный полив деревьям будут обеспечены. А деревья дадут цветам защиту от палящих лучей солнца.

Но главное, выглядит это очень красиво.

● Вы можете засадить приствольные круги цветами одного вида, создать яркую красочную композицию из разных цветов, можете даже изменить форму клумбы, сделав ее овальной или в форме звезды.

● Красиво смотрится клумба, в которой преобладают зеленые растения.

● Оригинально выглядит клумба под деревом, если она обнесена камнями или кирпичами.

● Иногда для красоты хватает и одного растения, если это, например, клематис.

● При желании можно устроить прямо под деревом не только клумбу, но и уголок отдыха, поставив скамью или сделав круговую скамейку.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





К вашему столу

САЛАТ С АБРИКОСАМИ

Порвите на кусочки пучок салата, смешайте его с 1 натертой на крупной терке морковкой, 1 сырой натертой свеклой, 0,5 стакана крупно порезанных грецких орехов, посолите по вкусу и перемешайте. Выложите смесь в миску, положите сверху порезанные на ломтики 4 крупных абрикоса или персика и полейте заправкой из 2 ст. ложек бальзамического уксуса и 1 ч. ложки меда.



ЗАКУСКА «АРБУЗНЫЙ САНДВИЧ»

Вырежьте из мякоти арбуза 8 квадратиков со стороной в 10 см и толщиной 1,5-2 см. Удалите косточки и замаринуйте их в смеси сока 1 лимона, 4 измельченных листиков мяты, 1 ст. ложки бальзамического уксуса и 0,5 ст. ложки меда, сложите все в пакет и оставьте в холодильнике на ночь.

Поджарьте 2 мелко порезанных ломтика бекона, жир слейте, бекон обсушите на бумаге. При сервировке выложите на тарелку по 1 ломтику арбуза, на него положите 2 ч. ложки измельченной феты и 1 измельченный листик мяты, накройте вторым ломтиком арбуза, выложите на него половинку ломтика бекона, 2 ч. ложки феты, несколько тоненьких ломтиков красного лука и еще 1 измельченный лист мяты. Полейте бальзамическим уксусом и украсьте мятой.



САНДВИЧИ С ЯБЛОКАМИ И СЫРОМ

Порежьте 1 сладкое яблоко очень тонкими ломтиками, 100 г твердого сыра натрите на крупной терке или терке для корейской морковки.

На кусок белого хлеба для тостов выложите половину сыра, поверх него — половину ломтиков яблок, посыпьте молотой корицей и накройте вторым куском хлеба. Так же приготовьте второй sandwich. Обжарьте их с обеих сторон на сливочном масле, чтобы расплавился сыр и подрумянился хлеб.



АРБУЗНЫЙ САЛАТ СО ШПИНАТОМ

Выложите в салатник листики от большого пучка шпината, 2 стакана кубиков арбузной мякоти, по 0,5 стакана крупно порезанных грецких орехов и раскрошенной феты. Можно добавить в салат 0,5 стакана черники или пару ломтиков порезанной жареной куриной грудки.

Приготовьте заправку: смешайте по 1 ч. ложке оливкового масла, бальзамического уксуса, лимонного сока и меда и полейте салат.

Август — самый богатый овощами и фруктами месяц. Используйте это легче изобилие, чтобы кормить семью вкусно и полезно. Даже из обычного арбуза можно приготовить десерт, не уступающий тарту, если украсить его ломтиками фруктов и ягод, взбитыми сливками или просто красиво оформить и посыпать кокосовой крошкой.

РЕБРЫШКИ С ОВОЩАМИ

Приготовьте маринад: смешайте 1 ч. ложку сахара, 0,25 ч. ложки смеси приправ для курицы, 1 ч. ложку соевого соуса, 2 ст. ложки растительного масла и 2 ст. ложки крахмала.

Свинные ребрышки порубите на небольшие кусочки и замаринуйте на 2-3 часа. Обжарьте ребрышки на растительном масле в глубокой сковороде до золотистой корочки, добавьте отдельно приготовленный маринад, размешав в 1 стакане воды 1 ч. ложку соевого соуса, 1 ч. ложку готовой горчицы, 1 ст. ложку устричного соуса (если есть) и черный перец по вкусу.

Тушите ребрышки на слабом огне еще полчаса. На отдельной сковороде обжарьте 2 крупно порезанных кабачка, луковицу, 2 зубка чеснока и половинку горького перца. Добавьте овощи к ребрышкам и тушите еще 10-15 минут. Подавайте блюдо горячим.



КУРИЦА В СОУСЕ С АБРИКОСАМИ

Спассеруйте на растительном масле очень мелко порезанную луковицу и 2 измельченных зубка чеснока, залейте 0,5 литра пюре из свежих помидоров, посолите, поперчите, добавьте специи для курицы и тушите на слабом огне, пока жидкость не загустеет. Добавьте в соус 1 стакан абрикосового варенья или джема, перемешайте.

Выложите в смазанную маслом форму куриные бедра, предварительно посоленные и поперченные, залейте соусом и тушите в разогретой духовке 30-40 минут. Подавайте с рисом.



БАКЛАЖАНЫ-КЕБАБ

Для этого блюда вам потребуются небольшие изогнутые баклажаны. Снимите с каждого сбоку часть кожуры и нарежьте ломтиками толщиной 2 см. Испеките баклажаны в разогретой духовке до полуготовности. Из любого мясного котлетного фарша с добавлением специй и зелени сформируйте небольшие плоские лепешки и поместите их между нарезанными дольками баклажанов. Уложите нафаршированные баклажаны в форму или жаропрочную посуду, рядом поместите ломтики помидоров, а также сладкого и (по желанию) острого перца. Залейте блюдо томатным соком, приправленным специями по вашему вкусу, и запеките в духовке до готовности фарша.



ФАРШИРОВАННАЯ РЫБА

Очистите и выпотрошите 6 любых морских или речных рыб среднего размера. Мелко порежьте 1 корень фенхеля, большой пучок укропа и 3-4 луковицы. На сковороде с разогретым растительным маслом спассеруйте лук и фенхель, добавьте полстакана белого сухого вина, цедру и сок 1 апельсина, несколько веточек тимьяна, посолите и поперчите по вкусу. Если используете укроп, порежьте его и добавьте в смесь, когда она уже будет готова. Частью смеси наполните брюшки рыб, перевяжите их кулинарной бечевкой, уложите в форму для запекания, на подушку из оставшейся овощной смеси. Запекайте до готовности рыбы. Подавайте блюдо горячим.





СВИНИНА СО СЛИВАМИ

Выньте из 6-7 слив косточки и разрежьте каждую на 8 частей. Выложите их в форму, добавьте 2 веточки розмарина, 0,5 стакана бальзамического или винного уксуса, размешайте в 0,5 стакана воды 4 ст. ложки сахара, 10 измельченных горошин черного перца и 0,25 ч. ложки ванильного экстракта. Залейте этой водой сливы, посыпьте еще 2 ст. ложками сахара и тушите в разогретой духовке, чтобы они стали мягкими и начали лопаться. Выньте из духовки, слейте в отдельную посуду жидкость, сливы накройте фольгой, чтобы не остыли, а жидкость на слабом огне уварите до половины объема.

0,5 кг мякоти постной свинины одним куском посолите, поперчите и обжарьте на растительном масле до румяной корочки в сковороде, которую можно будет поставить в духовку. Доведите мясо в духовке до готовности. Порежьте его на тонкие ломтики, выложите на блюдо, полейте жидкостью от слив, а сливы выложите сверху.



ТЕЛЯТИНА С АБРИКОСАМИ

Порежьте 0,5 кг телятины на небольшие кусочки, посолите, поперчите. Обжарьте до корочки на растительном масле, долейте немного воды или бульона и тушите до готовности. На отдельной сковороде обжарьте на растительном масле 1 порезанный стебель лука порея, добавьте 1 ч. ложку сухой горчицы, 1 ч. ложку прованских трав и 2 ст. ложки сока лимона. Когда жидкость почти выпарится, положите 4 твердых порезанных на 4 части абрикоса, палочку корицы (или 0,25 ч. ложки молотой), 1 ст. ложку сахара, 3 ст. ложки абрикосового джема и влейте 1/4 стакана воды. Держите соус на огне, чтобы абрикосы стали мягкими, но оставались целыми. Выпарите сок из телятины, выложите ее на блюдо и полейте соусом.

ПИРОГ ИЗ БАКЛАЖАНОВ С МАКАРОНАМИ

Для этого пирога надо заранее приготовить начинку и обжарить баклажаны, а собирать и готовить сам пирог можно и на следующий день, чтобы подать его с пылу с жару.

Несколько крупных баклажанов (чуть больше килограмма) порежьте на тонкие ломтики, обжарьте до мягкости на растительном масле и переложите на несколько часов в дуршлаг, чтобы полностью стекло лишнее масло.

Мелко порежьте луковицу, небольшую морковь и три черешка сельдерея, обжарьте их на растительном масле и залейте красным вином, чтобы оно было выше овощей на палец. Когда вино выпарится почти полностью, добавьте 1 литр пюре из свежих помидоров, мелко порезанный пучок зеленого базилика, посолите, поперчите и тушите на слабом огне с приоткрытой крышкой, пока соус не загустеет. Процедите готовый соус, чтобы удалить кусочки моркови и сельдерея.

Сварите вкрутую 3 яйца и мелко порубите. Приготовьте очень маленькие котлетки размером с фрикадельки из 250 г телятины, булочки, лука, 1 сырого яйца, специй и 1 ст. ложки тертого пармезана. Запанируйте в сухарях и обжарьте.

Перед тем как готовить собственно пирог, сварите до полуготовности 300 г толстых макарон или длинных «перьев». Откиньте их на дуршлаг и приправьте небольшим количеством соуса и тертого сыра.

Глубокую форму или жаровню заполните ломтиками баклажанов так, чтобы не оставалось просветов, а свисающих концов хватило накрыть начинку. На дно выложите треть макарон, потом треть соуса, половину котлеток, половину рубленых яиц и посыпьте тертым сыром. Повторите слои, затем выложите оставшиеся макароны, соус, сыр, накройте пирог баклажанами, форму — фольгой, и запекайте в разогретой духовке на слабом огне 50 минут, затем снимите фольгу, увеличьте температуру и держите пирог в духовке еще 10 минут. Готовый пирог выньте из духовки, дайте ему «отдохнуть» минут 10, затем переверните на блюдо, разрежьте и подавайте.



ТОРТ-МОРОЖЕНОЕ

Измельчите в крошку 20 штук печенья «Орео», смешайте с 2 ст. ложками размягченного сливочного масла так, чтобы получилась влажная крупка. Плотнo утрамбуйте эту крошку на дне разъемной формы и поставьте в холодильник. Дайте немного подтаять 0,5 кг пломбира и 0,5 кг шоколадного мороженого, пропустите его через блендер и выложите в произвольном порядке в форму. Кладите по несколько ложек и трамбуйте. Готовый торт оставьте в морозилке до полного застывания. Посыпьте торт раскрошенным шоколадным печеньем и полейте растопленным, но почти остывшим шоколадом.

ПИРОГ С АБРИКОСАМИ И МИНДАЛЕМ

Смешайте 2 стакана муки с мукой из 5 ст. ложек ошпаренного, очищенного и подсушенного миндаля. Добавьте 3/4 стакана сахара, соль на кончике ножа, 12 ст. ложек мягкого сливочного масла и перемешайте, чтобы получилась крошка. Смешайте 0,5 стакана воды с 1,5 ч. ложки миндального ликера или амаретто, несколькими каплями ванильного экстракта, добавьте воду к крошке, замесите тесто, заверните его в полиэтилен и положите в холодильник на 15 минут. Готовое тесто тонко раскатайте, выложите в форму с бортиками и испеките до готовности в разогретой духовке.

ВНИМАНИЕ! Время от времени открывайте духовку и, чтобы корж не потрескался, появившиеся в процессе выпечки пузырьки прокалывайте вилкой или зубочисткой.

Для начинки смешайте 1 яйцо и 1 желток с 0,5 стакана сливок, 250 г мягкого сливочного сыра или жирного творога, 1 ч. ложкой ликера, 0,5 ч. ложки ванильного экстракта, 3 ст. ложками меда, 1 ч. ложкой апельсиновой цедры и 1 ст. ложкой муки. Мешайте до полной однородности. Наполните начинкой выпеченную миндальную заготовку и запекайте в духовке. Пирог готов, когда зубочистка, погруженная в середину начинки, останется сухой. Половинки абрикосов выложите на готовый пирог от наружного края к центру так, чтобы между ними не осталось промежутков, кисточкой смажьте их абрикосовым джемом и доведите в духовке до состояния, когда абрикосы чуть-чуть подпекутся, а джем карамелизуется.

Готовый пирог перед подачей выдержите при комнатной температуре 2-4 часа.

КЛЕЦКИ С ФРУКТАМИ

По этому рецепту можно готовить клецки со сливами или абрикосами. В подсоленной воде сварите до готовности 0,5 кг картофеля в кожуре, пока горячий, очистите, разомните, постепенно добавляйте понемногу муку и перемешивайте, пока не получится пластичную массу, которая отстает от рук.

Сливы или абрикосы освободите от косточек, надрезав с одной стороны, и в углубления от косточек положите кофейной ложечкой понемногу сахара. Из пюре слепите небольшую лепешку, положите в середину сливу или абрикос и скатайте, чтобы получился шарик с начинкой. На пюре из 0,5 кг картофеля потребуется около 20 слив или абрикосов. Отварите готовые клецки в кипящей подсоленной воде до всплытия. На сковороде растопите 2 ст. ложки сливочного масла, всыпьте в него 1 стакан пшеничных панировочных сухарей и жарьте, помешивая, пока они полностью не смешаются с маслом. Выложите их в миску, добавьте 1 ст. ложку сахара, перемешайте, обваляйте в этой массе готовые клецки и подавайте, пока горячие.





К ОКОНЧАНИЮ ПЛЯЖНОГО СЕЗОНА

Всего пара швов — и у вас удобное пляжное полотенце с карманами.

Хотите много карманов? Подверните длинный край и разделите его на карманы, если загораете, расстелив его на песке. Если предпочитаете загорать на лежаке, то карманы лучше иметь с коротких сторон полотенца. Для тех, кто ездит на пляж всей семьей и берет с собой большое покрывало, лучше всего организовать карманы, пришив треугольники из плотной ткани к углам покрывала.



НАЧИНАЮЩИМ МАСТЕРИЦАМ

Каждая начинающая швея, наверняка, хотя бы один кусок ткани да испортила, потому что он был раскроен без припуска на швы. Есть один простой прием, который поможет не забыть об этом самом припуске.

Соедините три простых карандаша: боковые — грифелями вниз, средний — грифелем вверх и хорошенько закрепите их скотчем. Это и будет инструмент, предназначенный для того чтобы обводить на ткани выкройку. Проводя одним карандашом по самому краю выкройке, вы автоматически будете проводить и вторую линию с небольшим отступом — это и будет припуск на швы. По внешней линии надо кроить, по внутренней — шить.

Еще одна проблема, которая возникает у многих мастериц — это булавки, иголки и колышки, которые постоянно рассыпаются и теряются на полу.

Ее тоже легко решить. Просто приклейте к доньшку блюда пару магнитов и, когда работаете, высыпайте в него мелкие металлические предметы. Магниты не дадут им рассыпаться, и с широкой поверхности брать их будет легко.

А если какая-нибудь булавка или иголка все-таки выпадет из ваших рук на пол, достаточно будет провести над полом блюдцем, и она «прилипнет» сама, и разыскивать ее, рискуя уколаться, не придется.



ДЛЯ ЗОНТОВ И ЗОНТИКОВ

Конечно, вы найдете в продаже много подставок под зонты, но все они, так или иначе, похожи друг на друга. А мы предлагаем приложить немного усилий и получить необычную и единственную в своем роде подставку.

Отмойте от пыли и грязи старую крышку, просверлите в ней отверстия под зонты и покрасьте их в нужный цвет. Ножками для подставки будут служить самые длинные анкерные болты.

КОМОД ИЗ ХЛЕБНИЦ

Не торопитесь выбрасывать деревянную хлебницу, а попытайтесь найти у знакомых еще две-три такие же. Скрепленные между собой, они станут очень удобным комодом для хозяйственных мелочей, которые обычно занимают в кухне много места, но постоянно должны быть под рукой. Прикрепите к нижней хлебнице мебельные колесики, и ваш комод будет еще и передвижным. Он очень удобен, а занимает так мало места, что подойдет для любой кухни.



ВМЕСТО ГЛЮТАМАТА НАТРИЯ

Практически вся готовая еда и полуфабрикаты сейчас содержат много глутамата натрия, который добавляют в еду для усиления ее вкуса.

Но почему еда в ресторане и без него имеет ярко выраженный вкус. Одна из причин в том, что повара добавляют в нее соль и специи небольшими порциями, причем, в течение всего процесса приготовления. А часть поваренной соли, которую полезной назвать нельзя, заменяют кислотой. Попробуйте и вы.

Если еда немного не досолена, не торопитесь сыпать соль, лучше капните несколько капель сока лимона, лайма или уксуса — яблочного, винного, виноградного, перемешайте и попробуйте. Наверняка досаливать еду не потребуется. Особенно хорошо кислота проявляет вкус овощей, мяса и рыбы. А грибы попробуйте вместо соли приправлять смесью соевого соуса и лимонного сока.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА



Размер 46-48. Длина по спинке 60 см.

БОЛЕРО С КОЛЬЦАМИ

Необыкновенно красивое круглое болеро в форме большого кольца придаст Вашему образу шарма и неповторимости!

Не забудьте связать образец узора и в процессе вязания сверяйте полотно с выкройкой и своими мерками.

Вам потребуются: пряжа (шерсть 50%, акрил 50%; 300 м/100 г) – 550 г; крючок № 2; спицы № 3.

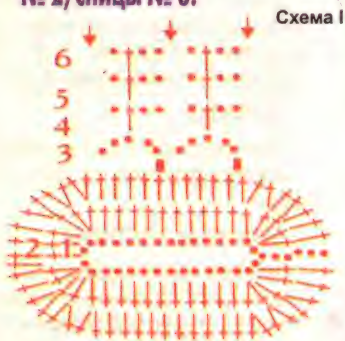


Схема I

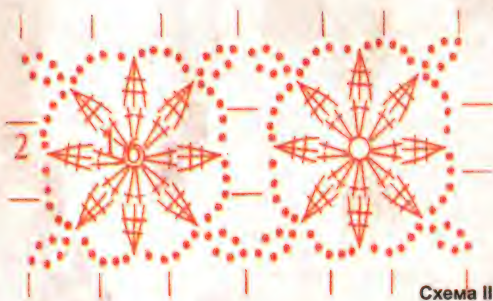


Схема II

Узоры: вытянутые кольца для края болеро — по схеме I, цветочки — по схеме II. Резинка 1 х 1, связанная на спицах.

Описание работы

Набрать на спицы 14 п. Связать внутренний круг болеро, через 20-25 р. провязывая сокращенные ряды. Пример провязывания сокращенных рядов:

в 1-м ряду (из участка с сокращенными рядами) провяжите 6 п., снимите следующую петлю, оберните вокруг нее рабочую нить, верните петлю на левую спицу, поверните вязание и провяжите петли до конца ряда.

В 3-м ряду провяжите 12 п., поверните вязание в обратную сторону и вяжите до конца ряда.

В 5-м ряду провяжите все петли. В местах поворота поднимите обвитие и провяжите вместе с ближайшей петлей. Свяжите полосу, равную длине внутренней окружности = 125-130 см. В процессе вязания полосы примерьте на себя. Полоса должна проходить по шее, затем по левой стороне переда, по спинке и по правой стороне переда. При этом она не должна сковывать движения. Завершив вязание полосы, сшейте аккуратно ее начало и конец.

По схеме II свяжите полосу из отдельных мотивов (цветок).

Вязание цветка: набрать 6 в. п., замкнуть их в круг.

1-й ряд: набрать 3 в. п. для подъема и связать 15 ст. с/н.

2-й ряд: 3 в. п. для подъема, 2 ст. с/н. в один ст. с/н. предыдущего ряда, 5 в. п., * 3 ст. с/н. в 2 ст. с/н. предыдущего ряда *, от * до * повторять до конца ряда.

Свяжите полосу таких цветков длиной, превышающей длину первой окружности на 20 см, соедините с полосой, связанной резинкой 1 х 1, цепочками из в. п.

По схеме I свяжите 46-50 «колец» (в зависимости от Вашего размера), в процессе вязания соединяя их друг с другом.

Набрать цепочку из 32 в. п., замкнуть в круг.

1-й ряд: 3 в. п., 41 ст. с/н.

2-й ряд: 3 в. п., далее вязать ст. с/н. по схеме I.

Для второго кольца набрать 32 в. п., продеть цепочку в кольцо первого связанного кольца, замкнуть в круг и связать новое кольцо. Неудобства в том, что второе кольцо придется при вязании постоянно вытягивать из первого кольца. Остальные кольца связать подобным образом. Разложите связанную полосу на ровной поверхности. Проверьте, чтобы кольца относительно друг друга были повернуты одинаково. Последнее кольцо вязать, продев цепочку из в. п. сразу в два: в первое и предпоследнее.

Для удобства дальнейшего вязания кольца можно временно приметать друг к другу.

Довяжите полосу по схеме I.

Соедините полосы в местах, указанных на схеме II.



Условные обозначения:

- — воздушная петля (в. п.)
- — столбик без накида (ст. б/н.)
- † — столбик с накидом (ст. с/н.)
- ≠ — столбик с 2 накидами (ст. с/2н.).



Подготовила
Юлия ПИАНОВА

САМЫЕ МОДНЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ОСЕНИ 2016

ОБЪЕМНЫЙ ТРИКОТАЖ

Мягкие, обволакивающие фигуру в пушистый кокон свитера, водолазки и пуловеры — то, что нужно в холодное время года.

НАКИДКИ

Очень модный предмет одежды — разных фасонов, размеров и форм.

БРЮЧНЫЕ КОСТЮМЫ

Выходят на передний план. В коллекциях дизайнеров можно обнаружить интереснейшие модели блейзеров и жакетов с нестандартным решением кроя и декора. Из принтов стоит отдать предпочтение полоске разной ширины.

БРЮКИ

Кюлоты — укороченные брюки с завышенной талией, длиной чуть ниже колена — новинка нового сезона.

ОЧЕНЬ ДЛИННЫЕ РУКАВА

Присутствуют на самых разных предметах одежды — платьях, туниках, свитерах, жакетах. Их носят, не подворачивая.

МЕХ

Традиционный тренд для осени и зимы предстает во всем своем великолепии, а также разнообразии цветов и фактур.

КОЖА И ЗАМША

Одни из самых приоритетных материалов этого сезона. Из них шьют не только верхнюю одежду, но и платья, юбки, топы и блузки.

БАРХАТ

Роскошный материал возвращается! Шьем из него жакеты, платья, брюки и юбки.

ПЛИССИРОВКА

А также гофрировка и самые разнообразные складочки — на пике моды.

ЭКСТРАДЛИННЫЕ ПАЛЬТО

Самые модные — длиной в пол. В них уж точно не замерзнешь.

АКЦЕНТНЫЕ ВОРОТНИКИ

Больших размеров, контрастных цветов, выполненные из материалов разных фактур укра-



шают блузки, платья, жакеты и трикотажа.

ПУХОВИКИ

Объемные, интересных фасонов, с нестандартными деталями. Самые модные – из ткани «стеганки».

ДУБЛЕНКИ

С рукавами и без, длинные и короткие, самых разнообразных цветов – выбирайте ту, которая подойдет именно вам.

БАНТЫ И БАНТИКИ

Блузки и платья с бантами – предмет одежды, который должен быть в гардеробе каждой модницы.

КОЛГОТКИ С ПРИНТАМИ

Ромбики, полосы, горошины, цветочные мотивы – плотные трикотажные колготки перестают быть скучными!

РОЗОВЫЙ И ЖЕЛТЫЙ

Да-да, не черный, коричневый или темно-синий – стандартные для осени и зимы цвета, а яркий и жизнерадостный желтый, нежный и романтичный розовый – вот главные цвета наступающего сезона!

ПЕРЧАТКИ КАК ПРОИЗВЕДЕНИЕ ИСКУССТВА

Таких роскошных, богато украшенных перчаток, наверное, не было ни в одном из предыдущих сезонов. Все внимание – на руки!

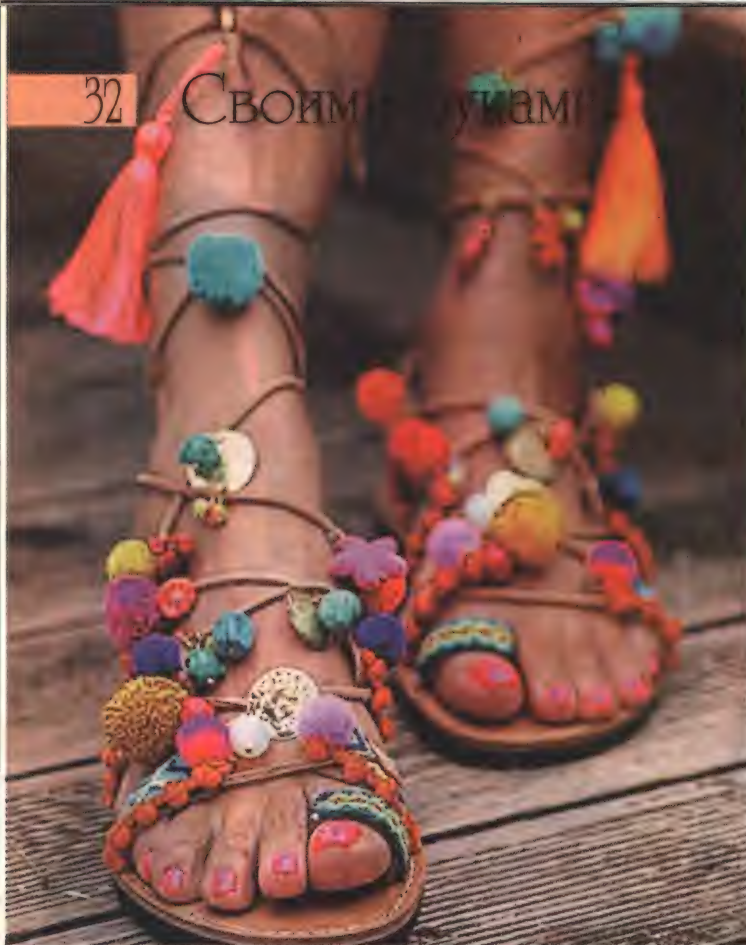
БОГАТЫЙ ДЕКОР

В виде вышивки, бахромы, шнуровки, металлических элементов, аппликаций, прозрачных вставок и оригинального комбинирования тканей сопровождает практически каждую дизайнерскую коллекцию.



Подготовила
Марина ГРУЗДЕВА





ПОМПОНЫ -
ТРЕНД СЕЗОНА!



● Яркий, забавный и стильный прием декора — украшение помпонами и кистями — один из самых популярных в этом сезоне. Украсьте ими сумку, сандалии, футболку, платье или шорты, и они станут акцентом вашего имиджа в модном стиле бохо.

● Очень оригинально выглядит обувь с помпонами: их можно нашить на мысок лоуферов или балеток, прикрепить к ремешкам сандалий в греческом стиле или приклеить к перепонкам сланцев.

● Разноцветные помпоны и кисти могут стать основой для колье или ожерелья.

● Смело пришивайте небольшие разноцветные помпоны на туники, платья, топы и



даже шорты. А одноцветные помпоны маленького размера, расположенные в один или несколько рядов, легко имитируют нежное кружево.

● Попробуйте украсить рюкзачок, пляжную сумку или клатч пушистыми шариками и кисточками — и этот аксессуар сразу станет хитом номер один в вашем гардеробе.

● Подберите в магазине швейной фурнитуры тесьму ярких цветов с помпонами и без, а потом нашейте ее в произвольном порядке на основу из плотной ткани. Если вы хотите модернизировать уже имеющуюся сумку из кожнозамениителя, тесьму лучше приклеить с помощью клеевого пистолета.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





ЧАСОВ МНОГО НЕ БЫВАЕТ!

Несмотря на то, что в любой момент время можно узнать, посмотрев на мобильный телефон, многие не просто продолжают носить наручные часы, но еще и покупают новые на каждый сезон. Ведь часы носят, и демонстрируя свой статус.

Но новые часы можно не покупать, достаточно на старых поменять браслет на сделанный собственноручно, или носить наручные часы как кулон.

КРУЖЕВНОЙ БРАСЛЕТ

Из двух отрезков кружева или гипюровой ткани, равных объему вашего запястья, может получиться оригинальный браслет.

Один отрезок кружева проденьте через «ушки» часов, на которых крепится ремешок, полученную заготовку положите поверх второго такого же отрезка, соедините, подверните и подшейте концы. Пришейте маленькие пуговицы или крючки, чтобы браслет было удобно надевать.

СМЕННЫЕ БРАСЛЕТЫ

Хотите дополнить свой наряд оригинальным аксессуаром, который будет прекрасно сочетаться с ним цветовым решением? Замените ремешок или браслет часов на подходящий платок.

РЕМЕШОК ИЗ БУЛАВОК И БИСЕРА

Простота и оригинальность — девиз этого браслета.

Вам потребуются 80-90 маленьких английских булавок, бисер и эластичные нитки (спандекс). Вплотную нанижите бисер на иглу булавки, затем закрепите булавку на двух нитках спандекса поочередно: сначала вершину, потом основание. Это делается для того, чтобы браслет был ровным с обеих сторон. Закончив сборку, надежно привяжите браслет к «ушкам» часов.

ДЛЯ ТЕХ, КТО ЛЮБИТ ВИНТАЖ

Посмотрите свои старые вещи, может быть, вы совсем забыли о часах в интересной ажурной оправе, которые со временем вышли из моды?! Не спешите от них избавляться, ведь стоит надеть их поверх красивой «юбочки» и получится оригинальное украшение в винтажном стиле.

БРАСЛЕТ С ДЕКОРАТИВНОЙ ПРОДЕРЖКОЙ

Если у вас есть часы с браслетом, состоящим из металлических звеньев, продерните сквозь них тонкие яркие ленточки и прикрепите их к застежке капельками клея.

БЫЛИ ЧАСЫ — СТАЛ КУЛОН

Самые простенькие часы превратятся в оригинальные часы-кулон, если повесить их за одно «ушко» на цепочку, а ко второму прикрепить с помощью колечек висающие украшения.

Подготовила Анастасия МИНАКОВА



СУМКА? ПОЛОТЕНЦЕ? ПОКРЫВАЛО?

Как бы вы ни захотели назвать это изделие, ясно одно: ЭТО наверняка пригодится вам на пляже.

Во-первых, потому что здесь есть подушка, полотенце и покрывало, на котором будет удобно лежать.

Во-вторых, ОНО легко трансформируется в сумку с карманами.

А смастерить эту незаменимую на пляже вещь очень просто.

Вам потребуются: два банных полотенца, небольшая узкая подушка с синтетическим наполнителем и отрез яркой ткани (на карманы).

● Заверните подушку в одно из полотенец, подогнув его край. Застрочите боковые швы и шов, отделяющий подушку от остального полотенца. Отступите от этого шва 3-5 см и отрежьте оставшийся кусок полотенца. Из него надо выкроить две широкие полосы и сшить ручки для сумки.

● Соедините бельевым швом место отреза и второе полотенце.

● Заверните подушку во второе полотенце, чтобы получился рулон. Наметьте, куда вы пришьете ручки и карманы для этой импровизированной сумки. Кстати, карман может быть один — с одной стороны сумки, а можно пришить два.

● Пристрочите ручки и карманы, подогнув края ткани. Разделите их вертикальными швами на кармашки меньшего объема.

● При желании обейте бейкой из ткани, которая пошла на карманы, срезы покрывала.

ЛЕТНЕЕ ОЖЕРЕЛЬЕ

Это красочное ожерелье подойдет к любому летнему наряду.

Вам понадобятся один широкий или 2-3 узких кожаных шнурка ярких цветов, два проволоочных кольца, крупный бисер, бусины разных форм и цветов, шармы, подвески, тонкая проволока или леска.

Нанижите несколько ниток бисера и несколько ниток с бусинами, шармами и подвесками. Все нитки начинайте и заканчивайте бисером. В произвольном порядке привяжите нитки к кольцам — как можно ближе друг к другу. Так же привяжите к кольцам разрезанный пополам шнурок, чтобы можно было регулировать длину ожерелья. Узлы крепко затяните, кончики обрежьте покороче и приклейте к узлам, чтобы не торчали.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





ДЕКОРИРУЕМ ОТВОРОТЫ

Слишком длинные джинсы можно просто укоротить, а можно превратить в стильные и модные, украсив отвороты пуговицами, кнопками, цепочками, бусинками...

Для этого отрежьте низ джинсов на нужную длину, подверните края наружу и пришейте ручную пуговицы, бусинки и другие элементы декора.



ДОЖДЕВИЧОК

Из прозрачного лака можно смастерить прекрасный дождевичок, который спасет вас в ненастную погоду.

Вырежьте из лака круг подходящего размера, отрежьте горловину и разрежьте переднее полотнище пополам. Срезы обработайте тесьмой — ее можно пришить или приклеить с помощью клеевого пистолета. Ближе к горловине расположите застежку-клевант с латой и пряжкой.



ЖИЛЕТ ИЗ МУЖСКОГО ПИДЖАКА

Из мужского пиджака, который давно висит в шкафу, может получиться стильный жилет.

Укоротите пиджак до линии талии и обработайте линию низа. Отрежьте от пиджака рукава и сделайте из них широкие манжеты-отвороты, которые пришейте по окату рукавов. Украсьте их декоративными пуговицами на вершине. Ваш новый жилет готов!



ОБЫЧНЫЕ КЕДЫ ПРЕВРАЩАЮТСЯ...

...в модную пару обуви! А все благодаря простому элементу – бахроме из кожи.

Разрежьте подходящий по размеру прямоугольник из кожи на длинные полоски, не доходя до края примерно на 2-3 см, и заострите кончики. Сделайте два отверстия в верхней части прямоугольника и проденьте через них шнурки, которые завяжите бантиком. Для долговечности кожу можно подвернуть внутрь и приклеить.



ВЫБИРАЕМ ЖАКЕТ!

Теплое лето, к сожалению, заканчивается, и пора подумать о верхней одежде.

В этом сезоне дизайнеры порадовали нас разнообразием фасонов, отделки, тканей и принтов жакетов, так что каждая модница сможет выбрать модель по своему вкусу.

1 Жакет свободного покроя из джинсовой ткани с окантовкой тканью контрастного цвета и завязками вместо пуговиц подойдет для любительниц одежды в стиле кэжуал.

2 Укороченный жакет из льняной ткани с рукавами длиной три четверти украшен стразами по линии середины переда, горловины, талии и манжет — представитель элегантной классики.

3 Романтичный жакет с женственными рюшами, круглым воротничком и изящной вышивкой может послужить в качестве одежды «на выход».

4 В тренде! Удлиненный жакет из плотной жаккардовой ткани с короткими рукавами щедро декорирован аппликациями из эмблем.

5 Яркий стильный жакетик, скомбинированный из тканей красного и белого цвета, с асимметричной застежкой и лацканом не может не порадовать модниц, желающих быть в центре внимания.

6 Белый геометрический узор на черном фоне укороченного жакета — яркая заявка на успех обладательницы этой модели.

7 Жакет-накидка с шалевым воротником и широкими укороченными рукавами, декорированный широкой разноцветной тесьмой и бахромой, пригодится в отпуске.

8 Очень интересный жакетик с цельнокроеным воротником, контрастными вставками на плечах и рукавах, треугольным кармашком с пуговицей на груди, завязками-шнурками и яркой аппликацией.

9 Вам приходится проводить время в офисе? Этот яркий жакет приталенного силуэта с цветными вставками и контрастным кантом скрасит рабочие будни.

10 Объемный жакетик модного



округлого силуэта с трикотажными вставками, молниями и декоративными пуговицами пригодится девушкам, отдающим предпочтение спортивному стилю.

11 Жакет из ткани в полоску с застежкой на одну пуговицу и прорезными карманами восхищает деликатной аппликацией в подходящей цветовой гамме модели.

12 Прекрасная модель для города — укороченный жакет из льняной ткани с контрастными пуговицами и отстрочкой и бахромой, выполненной из той же ткани.

13 Простой белый жакет превращается в великолепную модель благодаря изумительным деталям: черному бархатному шарфу, помпонам по нижнему краю и круглым металлическим пуговицам на рукавах.

14 Яркие цвета, изысканные узоры, интересный покрой жакета понравится любительницам классического стиля, желающим быть «в тренде».

15 Жакет из нескольких видов ткани, включая ажурный трикотаж, с застежкой на контрастную молнию, выглядит изысканно и очень элегантно.

16 Приталенный жакет из ткани с принтом «в ромбик» привлекает своим декором в виде длинной коралловой бахромы из замши и контрастного канта.

17 Сидящий точно по фигуре, милый льняной жакетик с округлым воротничком и аппликацией в виде цветов пригодится в гардеробе молодой, романтической девушки.

18 Вам по душе одежда в стиле карго? Тогда этот жакет со множеством карманов, пат и пуговиц сшит именно для вас!

19 Нарядный и элегантный жакет из кружевной ткани с потайной застежкой на пуговицы, бантом и брошью — прекрасная идея для особого случая.

20 Жакет-кимоно в этническом стиле с запахом и завязками на поясе сбоку, щедро декорированный разноцветной тесьмой, порадует яркими красками.

21 Хотите поразить окружающих великолепной отделкой? Выбирайте модель, щедро украшенную аппликацией и блестящими элементами в единой цветовой гамме.

22 Жакет в стиле Шанель из металлизированной ткани с контрастным кантом, бахромой и боковыми карманами подойдет практически к любому «низу» и при этом будет выглядеть великолепно!



1

КОМБИНЕЗОН

2

**ЭТО МОДНО
И СТИЛЬНО!**

Порадуйте себя
новым
приобретением
для отпуска –
ярким
комбинезоном,
который выручит
вас в любой
ситуации!



3



5



4



6



1 Модель из тонкого крепа с длинными рукавами, восхитительным декольте, вырезом на спине и неординарной отделкой в виде тонких шнуров на груди и плечах не может не обратить на себя внимания!

2 Оригинальный комбинезон из светлого легкого денима с открытыми плечами и интересным покроем рукавов с отлетными деталями — незаменимая вещь в отпуске!

3 Супермодель! Комбинезон с узкими брюками, бюстье, пышной баской и рукавами достоин восхищения!

4 Клетчатый комбинезон без бретелей с модными укороченными брюками и контрастной деталью по верхнему краю выглядит очень стильно и эффектно.

5 Черный комбинезон с брюками интересного покроя, с вырезом на спинке и глубоким декольте можно носить с контрастным или подходящим по цвету бюстье.

6 Брюки с завышенной талией и бретелью-петлей прекрасно сочетаются с контрастным бюстье. Этот наряд украсит любой вечер!

7 Комбинезон с широким воланом, проходящим по верхнему краю и спускающимся по боковому шву брюк, выглядит очень элегантно.

8 Интересный джинсовый комбинезон с вышивкой и цельнокроеной деталью в виде широкой асимметричной бретели с драпировкой также можно носить с топиком или маечкой.

9 Элегантный комбинезон с вырезами на

плечах, широкими брюками и контрастным поясом выручит в любой ситуации.

10 Комбинезон в стиле сафари с многочисленными деталями в виде шнуровки, карманов, пат, пояса и металлических колец идеально подойдет для путешествий.

11 Модель из хлопчатобумажной ткани с асимметричным верхом и контрастным бантом можно надеть даже в офис — в комплекте с болеро или укороченным жакетом.

12 Очень стильный комбинезон в модном тренде «голые плечи» с необычной бретелью-петлей и узлами на плечах порадует настоящих модниц.

13 В этой модели из легкого батиста с вырезом на груди, широкими рукавами и оборками спереди вам будет очень комфортно в жаркий летний день.

Подготовила
Марина ГРУЗДЕВА



СВАДЬБА ПОД ОТКРЫТЫМ НЕБОМ

Конец лета и начало осени — пора свадеб. Но поскольку погода в это время теплая, а дожди перепадают редко, предлагаем подумать о том, чтобы провести это мероприятие на природе. Если во дворе дома или на садовом участке у вас есть газон, свадьба может получиться необычной, веселой и не слишком дорогой.



● Чтобы укрыть праздничные столы от солнца, не обязательно брать напрокат шатер, достаточно поставить с торцов рамки из бруса и прикрепить к ним полотнища из ткани.

● Для облегчения хлопот по обслуживанию гостей прохладительные напитки, чай и кофе можно сервировать для самообслуживания. Надо лишь вовремя пополнять запасы.

● Сервировочные столы желательно оснастить подсветкой. Прикрепите к ним под скатерти обычные елочные гирлянды. В сумерках они будут красиво подсвечивать столы.

● На природе проще организовать развлечения. Гигантские шашки, домино и крестики-нолики, хула-хупы, дженга гораздо интереснее традиционных конкурсов, что обычно проводит тамада. Кстати, на дощечках дженги гости могут написать вам свои пожелания.

● Свадебный торт может привлечь внимание не только гостей, но и насекомых, поэтому лучше вместо него приготовить десерт в порционных креманках и выставить их горкой.

● Для соблюдения полного антуража новобрачным можно обустроить менее формально и максимально удобно для танцев на траве. Поскольку в саду и так много цветов, букет невесты можно сделать из овощей. В этом году это просто писк свадебной моды.

Удачного вам праздника!



Гороскоп

с 15 августа по 15 сентября

Астролог-консультант Николь БУРЯ

ОВЕН После 15 августа возможны проблемы в служебных и финансовых делах. После 23 числа может ухудшиться состояние здоровья. В сентябре в сложных ситуациях имеет смысл прислушаться к супругу или близкому человеку. После 10 числа используйте любую возможность для снятия напряжения, занимаясь спортом или выезжая на природу.

Неблагоприятные дни в августе: 20, 24, 28. В сентябре: 1, 6, 12.

ТЕЛЕЦ С 15 по 20 августа возможны проблемы в семейной жизни. Старайтесь разрешить противоречия скорее. После 21-го, возможно, придется решать квартирный вопрос. В конце августа — начале сентября возможна удачная поездка или путешествие. Тех, кто занимается бизнесом, ждет определенный успех. После 11 сентября избегайте лишних трат.

Неблагоприятные дни в августе: 18, 21, 25, 29. В сентябре: 4, 9, 13.

БЛИЗНЕЦЫ Во второй половине августа основные события будут происходить в семье. Возможны встречи с родственниками, старыми друзьями. В первой половине сентября некоторые могут отправиться в путешествие. У тех, кто будет работать, возможны материальные трудности, что будет подталкивать к поиску новых источников дохода.

Неблагоприятные дни в августе: 19, 23, 28. В сентябре: 1, 6, 11, 15.

РАК После 15 августа увеличится количество поездок, контактов, новых знакомств. После 22-го возможны визиты неожиданных гостей или родни издалека. В первой половине сентября придется заниматься делами и деньгами родственников или партнеров. С 11 по 15 сентября старайтесь не начинать новых дел, не принимайте важных решений.

Неблагоприятные дни в августе: 18, 22, 25, 29. В сентябре: 5, 9, 14.

ЛЕВ Во второй половине августа денежные дела могут вызывать тревогу и беспокойство. Много времени могут отнимать домашние заботы, встречи с друзьями, проблемы со здоровьем. Первая половина сентября — хороший период для наведения порядка в делах. Возможны прибыль, интересные и полезные приобретения для дома и души.

Неблагоприятные дни в августе: 16, 20, 24, 27. В сентябре: 2, 7, 12.

ДЕВА Во второй половине августа старайтесь больше внимания уделять здоровью. Старайтесь больше двигаться и меньше есть. Первая половина сентября может принести беспокойство в семейной жизни, неприятности с супругом. Романтические связи и браки, которые возникнут в это время, к сожалению, скорее всего будут неустойчивыми.

Неблагоприятные дни в августе: 17, 21, 25, 30. В сентябре: 3, 8, 13.

ВЕСЫ Вторая половина августа и первая половина сентября — не лучший период для решения глобальных задач. Будьте внимательны во время поездок и переговоров. Возможны нервозность, недомогание, обострение хронических заболеваний, конфликты в коллективе. В эти дни лучше не предпринимать ничего нового.

Неблагоприятные дни в августе: 16, 20, 24, 28. В сентябре: 2, 7, 12.

СКОРПИОН Во второй половине августа будьте внимательны в обращении с деньгами и ценностями. Финансовая ситуация будет нестабильна, так как расходы могут оказаться выше предполагаемых. В начале сентября могут возникнуть сложные ситуации с друзьями из-за общих финансов или долгов. Нервные нагрузки будут велики, но здоровье — стабильно.

Неблагоприятные дни в августе: 17, 21, 25, 30. В сентябре: 3, 8, 13.

СТРЕЛЕЦ Новое знакомство, которое состоится во второй половине августа, может способствовать карьере. Период с 17-го по 27-е чреват травмами, авариями, финансовыми потерями — будьте предельно осторожны. В первой половине сентября на работе возможны перестановки, реорганизации — не исключено, что придется жестко отстаивать свои интересы.

Неблагоприятные дни в августе: 15, 19, 23, 27. В сентябре: 2, 7, 11, 15.

КОЗЕРОГ Удачу в дела и гармонию в семейные отношения принесет вторая половина августа. Некоторые примут решение о создании семьи, рождении детей. В начале сентября могут появиться перспективы, связанные с новыми направлениями в работе. Появится желание заняться самообразованием с целью повышения квалификации.

Неблагоприятные дни в августе: 17, 22, 26, 31. В сентябре: 5, 10, 14.

ВОДОЛЕЙ Во второй половине августа исключены проблемы с финансами, налогами, а также с правоохранительными органами. В первой половине сентября некоторым придется вести борьбу, отстаивая свои права и интересы. Не волнуйтесь, правда будет на вашей стороне, и вы это докажете, но результат будет ясен ближе к концу месяца.

Неблагоприятные дни в августе: 15, 20, 23, 27. В сентябре: 1, 7, 11, 15.

РЫБЫ Вторая половина августа и первая половина сентября — период напряженный и очень конфликтный. У кого-то пойдет речь о разделе бизнеса, кого-то ждут проблемы с недвижимостью, конфликты в коллективе или с начальством. Влюбленные могут решиться вступить в брак, но встретят препятствие со стороны родственников. Звезды рекомендуют перенести решение этого вопроса на октябрь.

Неблагоприятные дни в августе: 18, 22, 26, 31. В сентябре: 4, 10, 13.

ПОЛОТЕНЦЕ-НАКИДКА

Ребятиню сложно уговорить выйти из воды на пляже, еще сложнее тщательно вытереть и заставить походить или полежать под солнцем в одежде или... полотенце. Но только не в том случае, если вы предлагаете своему чаду модернизированное полотенце-накидку.



Выбирайте: вы мастерите либо накидку, в которой удобно бегать, либо накидку с капюшоном, которая особенно нужна девочкам с длинными волосами. К тому же, накидку можно спрятать в пришитый карман, который тут же превратится в рюкзачок, и ребенок может нести его сам.

● Чтобы изготовить просто накидку, вам потребуется обычное банное полотенце. Вырежьте посередине каплевидную горловину и обейте ее бейкой или широкой резинкой.

● Для накидки-рюкзачка с капюшоном нужно купить махровую ткань — обычного полотенца будет мало. Выкроите две детали капюшона, как показано на фото. Состроичте их по выпуклой линии. Одну сторону подверните и вставьте в подворот резинку. Ширину накидки определите по размаху рук ребенка, а ее высота должна быть чуть меньше роста малыша. Отрежьте именно такой кусок ткани, определите по длинному краю середину и пришейте капюшон. Примерьте накидку на ребенка, чтобы понять, насколько следует затянуть резинку. Из оставшейся ткани скроите два прямоугольника 25 x 30 см. Сшейте два эти полотнища с изнанки, выверните и пришейте лямки, как показано на фото. Карман пришейте по средней линии, ближе к одному краю так, чтобы лямки оказались внутри кармана.

Когда понадобится превратить накидку в рюкзачок, выверните карман лямками наружу, одновременно засовывая в него накидку.

Раскрой и пошив займет у вас не более часа, а накидками можно будет пользоваться не только на пляже, но и дома после купания.



КОГДА ЖЕ ОТДЫХАТЬ?

Лето подходит к концу, а из огромного списка рекомендованной для прочтения литературы мой сын, ученик третьего класса, прочел только половину. Я понимаю, зачем задают читать на лето, но не знаю, как помочь прочесть все книги? Самой ему их читать? Или посадить дома, пока все не прочтет? А как же тогда каникулы и отдых на свежем воздухе?

Конечно, отдых на каникулах важнее, ведь программа сейчас в школе очень непростая, и школьники за учебный год очень устают. Но чтение еще никому не повредило. Вряд ли наши советы помогут Вам спасти ситуацию этим летом, но впереди у Вашего сына еще много каникул.

Итак, сначала проанализируйте весь список литературы. Если по каким-то произведениям есть фильмы, можно посмотреть их с сыном. Но только, если это экранизация, а не фильм по мотивам. Экранизация максимально близка к исходному тексту, и после киносеанса Ваш сын будет иметь о книге хоть какое-то представление. Если ребенок будет отказываться, говоря, что ему не нравятся такие фильмы, поставьте его перед выбором: пара часов на просмотр или несколько дней на чтение. Не забудьте обсудить фильм с сыном. Вам же важно, чтобы он понял сюжет и замысел автора произведения, разобрался в характерах героев.

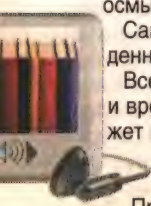
Отличный выход — аудиокниги. Закачайте в планшет сына несколько аудиокниг из списка. Но прежде чем давать их сыну для прослушивания, убедитесь, что в этой версии текст читают осмысленно, а не просто бубнят, заменяя сносительное. И не забудьте проконтролировать.

Самую сложную книгу или даже несколько прочтите сыну сами, используя послеобеденный отдых и чтение перед сном.

Все стихи, которые есть в списке, ребенок должен читать сам. Обычно их читать легко и времени на это потребуется немного, а мальчик с чувством выполненного долга сможет вычеркнуть из списка сразу несколько позиций. Представляете, какой это стимул?

После стихов переходите на произведения попроще и покороче, а потом берите книги подлиннее и посложнее.

При таком подходе гораздо проще выполнить задание на лето без ущерба для отдыха.



МОЛОДОЙ МАМЕ

ДОСКА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ИЛИ BUSY BOARD

45

Неизвестно, кто придумал эту чудодоску, но она необычайно полезна для развития мелкой моторики у детей. Причем, наличие сразу большого количества интересных игрушек и приспособлений на одной доске обычно вдохновляет детишек проводить за этим занятием много времени. Что же это?

На большую и крепкую доску или кусок ДВП с обработанными краями прикрепите всевозможные детали, которые можно включать, вертеть, открывать и закрывать, можно использовать даже те, которые движутся и издадут негромкие не раздражающие слух звуки.

В экспонаты для доски подойдут диски от старых телефонов, дверные цепочки и шпингалеты, звонки, зеркальца не на стеклянной основе, релейные переключатели, игрушки, в которых от нажатия включаются лампочки, погремушки, барабанчики-бочонки с наполнителями. В общем, подойдет всё, что вам подскажет фантазия.

ВНИМАНИЕ! Все эти экспонаты должны быть чистыми, без сколов и заусениц и, конечно, безопасные для малышей. А главное, они должны быть очень надежно прикреплены к доске шурупами, саморезами, жидкими гвоздями — причем так, чтобы ребенок при всем желании не смог их оторвать. Саму доску тоже следует хорошенько прикрепить к стене.

Ни в коем случае не ставьте ее к стене просто так, без крепления: она может упасть, а весит такое развлечение немало.

Подготовила Галина УШАКОВА



ПРАВО



МОЖНО?

Каких-то сто лет назад считалось, что достойная и интересная девушка должна иметь не менее трех кандидатов в мужья. Никого не удивляло право девушки на выбор суженого. Соперничество было открытым, и никто из женихов не считал себя обиженным.

Но тогда нравы были другими. И между тогдашним «ухаживать» и нынешним «встречаться» дистанция огромного размера. В наше время молодые люди слишком быстро проходят конфетно-букетную стадию общения, а иногда и вообще пропускают ее, и приступают к близким и даже интимным отношениям. Если вы понимаете под словом «встречаться» именно такие отношения, то ответ на вопрос «МОЖНО ЛИ ВСТРЕЧАТЬСЯ СРАЗУ С ДВУМЯ ПАРНЯМИ?» будет однозначен: «НЕТ!» Потому что это будет самая обычная распущенность и надругательство над чувствами людей.

Но если вы искренне заинтересованы в том, чтобы выбрать из нескольких кавалеров СВОЕГО МУЖЧИНУ, вы имеете на это право. Правда, при определенных условиях.

МОЖНО!

Девушка имеет право принимать ухаживания от нескольких кавалеров сразу, если она

- никому из них ничего не обещает
- ни с кем из них не спит
- ни с кем из них не живет
- никому из них не готовит еду.

Соблюдение этих пунктов ставит всех поклонников в равные условия, позволяя девушке получить узнать их в официальной обстановке (кино, кафе, театр, выставка, прогулка по парку, стадион) и оценить их личные качества.

Можно было бы добавить еще пункт о проявлении особой симпатии. Но если девушка кого-то из ухажеров выделила, значит, вы-

бор состоялся, и в дальнейших встречах с остальными больше нет нужды.

НУЖНО!

Идеализация понравившегося мужчины — дело для женщин обычное. Анекдот о том, как женщина, увидев мужчину в первый раз, тут же представившая себе свадьбу, детей и спокойную старость вдвоем, появился неслучайно. Девушка знакомится с молодым человеком, который вызвал ее симпатию, и тут же начинает приписывать ему все возможные достоинства. Правда, они чаще всего существуют исключительно в ее воображении. А к тому моменту, когда она это поняла, этот недостойный стал уже близким человеком, она к нему привязалась и отрывать его от себя приходится по живому. Совсем другое дело, если истина будет познаваться в сравнении нескольких мужчин. И с этой точки зрения встречаться с несколькими ухажерами сразу даже полезно. Уж если кто-то из них будет выбран, то, действительно, если не по любви, то по достоинствам.

ЕСЛИ ВЫ РЕШИЛИСЬ

Тогда вам следует знать некоторые правила поведения, которые помогут вам с уважением относиться к каждому претенденту и не выглядеть при этом

падшей женщиной. Вы будете соблюдать четыре основных запрета и основные правила конспирации. Именно так. Это сто лет назад кавалеры знали друг друга и соревновались в галантном отношении, желая завоевать девушку. Современные парни совсем другие. Узнав о том, что вы встречаетесь еще с кем-то, они сочтут вас не только предательницей, но и легкомысленной, если не сказать хуже, особой. Хотя могут быть вари-

В жизни встречаются ситуации, когда у девушки появляется почти одновременно несколько кавалеров. Возможно, причина в том, что обласканная мужским вниманием девушка выглядит более счастливой, уверенной в себе и раскованной, ведь если за ней ухаживают, она понимает, что нравится мужчинам. Таких девушек видно за версту. И мужчины обращают на них внимание. Потому и бывает «то пусто, то густо». Поскольку любовь с первого взгляда случается крайне редко, ставшей популярной у мужского пола девушке бывает сложно сразу разобраться, чего стоят ее новые поклонники, определить, какой нравится больше, особенно, если они все разные и один дополняет другого... и третьего. Вот и встречается девушка сразу с несколькими поклонниками. А можно ли так поступать? Прилично ли это?

анты. Встречаются и парни, которые смогут вас понять.

«Жонечно, бывают ситуации, когда девушке нравятся сразу двое, и она не может определиться, но тогда не надо с ними спать, а тем более добиваться от обоих предложения! Зачем давать им надежду? Зачем травмировать чью-то душу?! Можно же просто дружить в лучшем смысле этого слова: общаться, интересоваться личностью, склонностями человека и анализировать, с кем из них тебе лучше; кому лучше с тобой, кому ты больше доверяешь, с кем у тебя больше общего. А играть с чужой душой — это низко!» Андрей, 21.

Вот и дружите, общайтесь, но так, чтобы соперники не подозревали о существовании друг друга, поэтому

ПРАВИЛО № 1

НИКАКИХ ОБЩИХ ЗНАКОМЫХ

Нельзя одновременно встречаться с двумя парнями, которые учатся вместе с вами, с вашими коллегами или парнями, живущими по соседству. Разоблачение будет быстрым, громким и с крушением репутации. Да и не бывает так, чтобы, общаясь с этими кавалерами в вузе или на работе, вы не смогли составить о них хотя бы общего представления.

«Я дважды оказывалась между двумя огнями. Сначала в институте. Но там мне не нравился ни один из ухажеров, и я не стала встречаться ни с тем, ни с другим. Второй раз, когда начала работать. Двое коллег явно проявляли ко мне интерес. Но один из них сразу показался мне неискренним, а вот второй был очень приятным. Одному сразу отказала, а с другим мы дружим до сих пор, но именно дружим». Кристина, 26.



Так получилось, что ваши новые знакомые работают или учатся в разных заведениях, живут в разных районах и посещают разные места? Тогда вам будет проще соблюдать

ПРАВИЛО № 2

КОНСПИРАЦИЯ И ЕЩЕ РАЗ КОНСПИРАЦИЯ

Не затягивайте с первым свиданием, общайтесь и встречайтесь чаще, чтобы быстрее определиться, кто вам больше нравится, или понять, почему не подходит никто, и наконец-то покончить с двусмысленным положением.

«Был в моей жизни момент, когда пришлось выбирать между тремя заинтересовавшимися мной парнями. С одним мы после занятий ходили в ближайшее кафе, чтобы пообедать, выпить кофе и поболтать, с другим обошли все кинотеатры, а с третьим встречались в спортзале и после тренировки он провожал меня домой». Светлана, 32.

Поскольку и вам придется вести активную светскую жизнь, следует не просто тщательно планировать встречи с кавалерами, но стараться назначать свидания в разных концах города, так меньше шансов пересечься. И лучше, не полагаясь на свою память, записывать все планы в секретный ежедневник. Туда же в первое время желательно помещать и сведения личного характера: район проживания, имена друзей и родственников, пищевые пристрастия, увлечения и так далее. После нескольких свиданий вы будете лучше знать своих поклонников, и эти сведения прочно улягутся в вашей памяти.

А сначала — все под запись.

Если вы рассматриваете встречи с разными кавалерами как возможность выбора своего мужчины, вам придется честно выплывать

чего было волноваться: именно этот кавалер нравился мне меньше двух остальных. Кстати, ему мое спокойствие понравилось, оказалось, что он терпеть не может публичных сцен. А в кино они собирались большой компанией друзей, и девушка была одной из них». Вика, 19.

После такой сцены, так же как и в любой другой момент, молодой человек вполне может спросить: «Теперь с меня потребуют ответа, что за девушка была со мной. Ты же моя девушка?» И вот тут начинается действие

ПРАВИЛО № 4

УКЛОНЯЙТЕСЬ ОТ ПРЯМОГО ОТВЕТА

Если на заданный вопрос вы собираетесь ответить положительно, значит, можете пропустить этот пункт и перейти к следующему. А в том случае, когда вы еще не определились, лучше ответить уклончиво: «Извини, но я пока не представляю, насколько серьезными могут быть наши отношения». Приблизительно так же следует отвечать и на вопрос: «У тебя кто-то есть?».

Вы же не можете сказать: «Нет», потому что это будет ложь, поэтому лучше сказать: «Знаешь, я пока не нашла мужчину для серьезных отношений». Мало того, что это будет чистой правдой, вы ведь как раз находитесь в поиске, но и может привести к тому, что ваш кавалер, услышав такой ответ, удвоит свои усилия, чтобы понравиться вам — он будет стараться, чтобы вы выбрали именно его. Кстати, присмотритесь к нему повнимательнее. Подобное поведение — свидетельство того, что он не просто проводит с вами время, вы ему нравитесь, а возможно, он влюблен в вас. Но может оказаться, что вы не считаете его достойным ничего большего, чем дружба. В этом случае вступает в силу

ПРАВИЛО № 5

НИ МИНУТОЙ ДОЛЬШЕ

Продолжать встречаться с влюбленным в вас парнем, если вы к нему абсолютно равнодушны, как минимум некрасиво, как максимум подло. Нет ничего хуже, чем принимать ухаживания, а потом растоптать его чувства.

Так что будьте готовы к тому, что в процессе вашего эксперимента по выбору своего мужчины

ним кандидатом, или со всеми, кроме одного.

Не тяните с расставанием. Даже если окажется, что не подошел ни один из ухажеров и после расставания вам грозит одиночество, все равно не тяните. У вас раньше появится возможность отправиться на поиски своего единственного.

Сказать «Прощай!» очень трудно. Как же поступить, чтобы не выглядеть в их глазах бессердечной особой? Не вести себя высокомерно и ни в коем случае не прощаться по телефону или в соцсетях. Только при личной встрече. Найдите приятные и теплые слова для человека, который какое-то время был с вами рядом. Как это сделала Света:

«Когда я поняла, с кем из двух я хочу остаться, то пригласила второго на встречу и сказала ему, что замечательно провела рядом с ним время, что благодарна ему за внимание и заботу, но поскольку мне кажется, что мы слишком разные люди, было бы глупо терять время, которое можно потратить на поиски второй половинки. Сказала, что он отличный парень и достоин прекрасной девушки, которую он обязательно встретит. Сначала я увидела в его глазах обиду, а в следующий момент некоторое облегчение».

Конечно, здорово, когда есть возможность выбора. Но часто такая двусмысленная ситуация, как несколько кавалеров одновременно, может привести к тому, что в чехарде встреч и страхе разоблачения вы не сможете рассмотреть своего суженого или, наоборот, поймете, что никто из ухажеров вам не подходит, а время было потрачено зря. Но ведь никто, кроме вас, не может решить, нужен ли вам такой эксперимент.

Подготовила Мария ДРОНОВА

ПРАВИЛО № 3

ИГРАЙТЕ НА РАВНЫХ

Вы считаете себя вправе выбирать между двумя или даже тремя парнями, значит, оставьте такое же право выбора и им. Поэтому напрочь воздержитесь от подозрений и сцен ревности. Если вы узнаете, что у кого-то из соискателей есть еще одна подруга, примите это спокойно. Особенно, если она вас где-нибудь встретит и попытается сыграть на вашей ревности.

«Мы сидели в кафе и пили чай, когда к моему поклоннику подошла красивая девушка и подозрительно глядя на меня, стала обнимать и целовать его, уточнять, на какой сеанс он взял билеты в кино. В первый миг мне было очень неприятно, потом я подумала, что это может быть родственница, сокурсница или подруга, а, возможно, просто знакомая, которую попросили устроить мне проверку, я слышала, что парни так делают иногда, и успокоилась. Да, собственно, не-

рано или поздно наступит момент, когда придется расстаться с од-





ПРОБОЧКА К ПРОБОЧКЕ

Пробки от вина — самый бросовый материал. Редко кто хранит и собирает их, а зря.

Мало того, что они изготовлены из экологически чистых природных материалов, из них, даже при минимальных навыках рукоделия, можно изготовить много интересных штучек для интерьера. К тому же, винные пробки можно тонировать, используя морилки разных оттенков, их можно покрывать лаком, резать канцелярским ножом. В продаже есть специальный клей для пробки.

ВНИМАНИЕ! Если вы собираетесь резать пробки, сначала прокипятите их минут 10 на слабом огне, тогда при резке они не будут крошиться.

Начинать рукоделие можно, когда вы наберете хотя бы 20-30 пробок.





● Проще всего смастерить из пробок кольца для салфеток. Просто склейте их по кругу

● Из пробок можно сделать подставку под горячее, наклеив пробки на картон или фанеру и вставив в раму. По этому же принципу собирается и рамка для хранения украшений.

● Для маленьких подставок под бокалы пробки надо приклеить на квадраты плотного картона или фанеры.

● Красиво смотрится объемная рамка для настенных часов из трех рядов пробок.

● Для цветочных горшков, кашпо и ваз можно использовать как целые пробки, так и, разрезав по вертикали, их половинки. При желании облагороженные пробками горшки можно покрасить.

● Чтобы охлажденное вино не грелось на столе, сделайте из пробок емкость под бутылку. Этот материал отлично держит температуру.

Если вы соберете несколько десятков пробок, можно «замахнуться» и на солидные поделки.

● Отремонтируйте старый венский стул, заменив износившееся сиденье пробковым.

● Смастерите коврик под дверь или на пол, склеив между собой целые пробки или разрезав их на кружочки, можно заполнить вертикально стоящими пробками низкий деревянный ящик.

● Если у вас есть круглая низкая рамка или глубокий поднос, заполните их пробками, склеивая между собой, и накройте стеклом. У вас получится эксклюзивный поднос или столешница для журнального столика.

● Необычно выглядит и отлично украшает дом широкий плинтус, состоящий из ряда пробок между двумя узкими плинтусами или деревянными планками.

● Потерявшую привлекательность деревянную хлебницу легко облагородить, оклеив ее половинками винных пробок. А если внутрь положить «коврик» из пробок, он будет предохранять хлеб от плесени.

Чем больше вы соберете пробок, тем шире открывается простор для вашей фантазии.

● Фриз из черно-белых фото-

графий смотрится особенно выигрышно, когда рамки утоплены в основу из пробок.

● Из разрезанных поперек пробок получается оригинальный «фартук» для кухонного гарнитура. Очень красиво, если вы подберете пробки разных оттенков.

● Если у вас есть ненужная основа под небольшой кофейный столик, невысокая деревянная рама, много винных и десяток пробок от шампанского (они похожи на грибок и немного длиннее винных), смастерите симпатичный столик. Закрепите рамку на основе столика и заполните вертикально стоящими пробками разных цветов. Но сначала выставьте по периметру высокие пробки — на них ляжет стеклянная столешница. Для устойчивости можно расположить несколько высоких пробок в центре. Если верхняя расширенная часть этих пробок выпуклая, осторожно срежьте эту выпуклость. Стекло надо будет приклеить к высоким пробкам, поэтому их верхушки должны быть плоскими.

Подготовила Валентина ЖИЛИНА





СМОЖЕТЕ ЛИ ВЫ РЕШИТЬСЯ НА ЭКСТРИМ?

Не секрет, что к экстриму и вообще к необычным ситуациям мы относимся по-разному. Некоторые по первому зову готовы бросить все и ринуться в пучину неизведанных ощущений. Другие хватаются за сердце при виде водопада, который показывают по телевизору.

А есть и третьи, которые способны и к риску, и к преодолению, но пока еще ни того, ни другого не испытали.

А вы способны рисковать? Ответив на вопросы теста, вы поймете это.

1. Вам приходилось первой признаваться в любви?

- А. Еще чего! В таких делах инициатива должна исходить от мужчины.
- Б. Какая разница, кто первым это скажет, главное, чтобы «пробежала искра»!
- В. Конечно, но я же знала, что наши чувства взаимны.

2. Друзья собрались на выходные в Сочи на машинах и приглашают вас, но ехать надо прямо сейчас, в пятницу. Вы...

- А. ...соглашаетесь, но предупреждаете, что прилетите к ним самолетом... завтра.
- Б. ...уточняете время и место встречи.
- В. ...желаете им хорошей погоды.

3. Вам предлагают работу в компании, о которой вам, кроме названия, ничего не известно. Что вы предпримете?

- А. В приватной беседе с предложившим попытаетесь узнать побольше о перспективах карьеры, и если они вас устроят, согласитесь.
- Б. Менять место работы не входит в ваши планы, но удержаться, чтобы не собирать как можно больше информации об этой фирме, не можете. Интересно же!
- В. До этого предложения вы жили, не задумываясь о переменах в жизни, а сейчас так захотелось этих самых

перемен! И вы решаете рискнуть!

4. Подруга предлагает отдохнуть в Таиланде. Если вы решите поехать, что бы вам хотелось там испытать?

- А. Объездить всю страну с экскурсиями.
- Б. Побывать в местах экстремальных развлечений и, если будет можно, поучаствовать в них.
- В. Попробовать как можно больше национальных блюд.

5. Выберите подходящее, на ваш взгляд, окончание для следующей фразы: «Последнее приключение заставило меня сделать вывод, что...

- А. ...мне удалось выдержать это испытание, преодолеть себя и получить от этого несказанное удовольствие».
- Б. ...риск был почти за пределами моих возможностей, все говорят, что мне необыкновенно повезло!»
- В. ...так рисковать — просто безумие, больше я ни за что не решусь на такое!»

6. На отдыхе вы с подругой решили посетить ресторан тайской кухни, а когда официант приносит вам очень экзотическое блюдо, вы думаете:

- А. «Класс! Наконец-то я это попробую!»

Б. «Выглядит аппетитно. Интересно, это так же вкусно?»

В. «Нет уж, такое я не смогу съесть никогда!»

7. Вы решили резко сменить имидж и для этого:

- А. Побрили голову и сделали тату на голове.
- Б. Сделали стрижку и два прокола: в ухе для сережки и в ноздре — для пирсинга.
- В. Отважились покрыть ногти лаком необычного цвета.

8. Сейчас вы вспоминаете то свидание, как полное сумасшествие. Вы

- А. Пошли с парнем в кино на ночной сеанс, даже не спросив, что это будет за фильм.
- Б. Отправились на шашлыки в компании почти незнакомых людей.
- В. Решились на свидание с парнем, познакомившись с ним в Интернете.

9. Представьте себе, что вам предложили принять участие в популярном шоу вроде «Кто хочет стать миллионером?». Что вы сделаете в первую очередь?

- А. Начнете собирать вещи.
- Б. Перезвоните, чтобы уточнить все детали.
- В. Попросите дать вам время на раздумья, но сами побоитесь опозориться в прямом эфире!

10. Вам приходилось, встретив на чужом празднике незнакомца, тут же начинать его кадрировать?

- А. Бывало и такое.
- Б. Ни за что!
- В. Конечно! Я же женщина!



СЧИТАЕМ БАЛЛЫ

	А	Б	В
1	2	1	0
2	1	0	2
3	0	2	1
4	1	0	2
5	1	2	0
6	2	1	0
7	2	1	0
8	0	2	1
9	1	2	0
10	0	2	1

Что это значит

От 15 баллов и больше

БЕЗБАШЕННАЯ

Наверное, будь ваша воля, вы бы вообще переселились в парк аттракционов. А вам не снится, что вы пытаетесь поймать волну, занимаясь серфингом? Во всяком случае, вы не откажетесь ни полетать на воздушном шаре, ни спрыгнуть с парашютом — адреналин вам просто необходим, чтобы быть в форме, то есть, в активном состоянии. Но помните, что бесконечно поднимать планку риска нельзя. Во-первых, теряется вкус к острым ощущениям, а во-вторых,

вы можете так увлечься, что перестанете различать грань между риском и реально грозившей опасностью, причем, не только для вас, но и для окружающих.

Попробуйте провести логический анализ. Представьте себе, что у вас появилось могучее искушение очередного экстрима. Первое чувство — эйфория и радость от того, что вы участвуете в рискованном мероприятии, забывая обо всем на свете и направляясь к счастью победы. Но подумайте и о последствиях. Не теряете ли вы при этом что-то важное для себя? Например, вы срываетесь с места и даже убегаете с ра-

боты, как только впереди замаячила возможность «оторваться по полной». Но вы же тем самым показываете, что вам наплевать на всё и вся! Мало того, что после таких выходов вам вряд ли придется рассчитывать на повышение по службе, коллеги и начальство будут уверены, что вы вообще не дорожите своей работой. А теперь взвесьте последствия результата. И если момент удовольствия не стоит потери работы, наверное, пришла пора задуматься и, возможно, изменить свое поведение.

От 7 до 14 баллов

РАЗУМНАЯ

Прежде чем пуститься в любую авантюру, вы сначала постараетесь уточнить все детали, учесть плюсы и минусы предстоящего приключения, чтобы иметь четкое представление о том, чем вы рискуете. И, конечно, для вас важнее всего безопасность окружающих. Рисковать их покоем и комфортом вы бы ни за что не решились. Другое дело, когда вы уверены, что ваш риск на них никак не отразится. Например, решив летом походить бритоголовой, вы точно знаете, что никому от этого хуже не станет, а волосы в конце концов отрастут.

Можно сказать, вы вообще-то ничем и не рискуете, но на самом деле вы просто при-вы-

кли тщательно продумывать все свои шаги. Вы — здоровая реалистка и живете настоящим. Поэтому вам еще ни разу не приходилось жалеть о своих непредсказуемых поступках.

6 баллов и меньше

ОСТОРОЖНАЯ

Представив себе новую, непривычную или, тем более, необычную ситуацию, в которую вы можете попасть (а можете и не попасть), вы тут же начинаете придумывать сценарий ужасика с трагическим финалом.

Но назвать вас трусихой было бы неправильно. Просто вы настолько осторожны, что заранее придумываете ужасные последствия своей вероятной активности лишь для того, чтобы убедить себя оставаться на месте. Так надежнее и безопаснее.

Но, признайтесь, ведь в вашей душе живет (вернее, дремлет) авантюристка. И вам наверняка не раз хотелось чем-то рискнуть, выкинуть что-то, из ряда вон выходящее, или даже испытать себя в какой-то экстремальной ситуации.

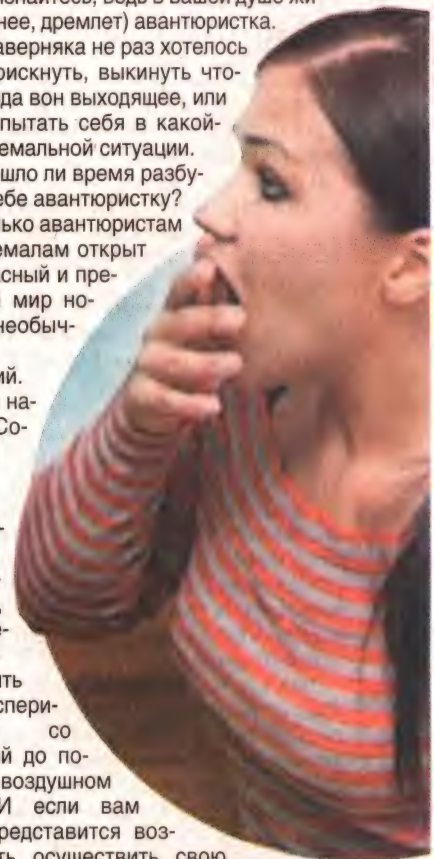
Не пришло ли время разбудить в себе авантюристку? Ведь только авантюристам и экстремалам открыт этот опасный и прекрасный мир новых и необычных ощущений.

С чего начать? Составьте список поступков, которые вы хотели бы, но не решаетесь совершить — от экспериментов со стрижкой до полета на воздушном шаре. И если вам вдруг представится возможность осуществить свою мечту, не отказывайтесь сразу. Бойтесь летать на воздушном шаре — найдите в Интернете отзывы и впечатления тех, кто уже летал, а если найдете их адреса, спешите с ними, чтобы до конца развеять свои сомнения.

Только так вы сможете привыкнуть к мысли, что справитесь и с полетом, и со своими опасениями.

А окончательно поверить в себя вам поможет подробный и заранее хорошо продуманный план действий.

И еще один совет. Если у вас появилось желание проверить себя в какой-то экстремальной ситуации, не надо ему противиться. Надо лишь тщательно подготовиться.



ДВЕ МУЗЫ

САМУИЛА МАРШАКА

Даже маленькие дети, еще сами, возможно, и не умеющие складывать буквы и слоги в слова, с любовью и уважением произносят эти три слова: «Самуил Яковлевич Маршак». За ними в их воображении живет необыкновенно интересный человек, который так здорово рассказывает про «рассеянного с улицы Бассейной» и «кошкин дом», про Робина-Бобина и новогодние подснежники, про «вересковый мед» и про «дом, который построил Джек»!

А взрослые не только с удовольствием читают его стихи, но еще часто кладут их на музыку, чтобы на свете стало больше песен о любви...



ВУНДЕРКИНД ИЗ ВОРОНЕЖА

Родился будущий писатель поэт, переводчик, критик и драматург 3 ноября 1887 года в Воронеже, в небогатой семье заводского техника.

В гимназии учитель словесности считал юного Маршака вундеркиндом и, привив ему любовь к классической поэзии, всячески поощрял его первые литературные опыты.

В жизни всегда многое зависит от случая. Так и в судьбе Маршака Его Величество Случай сыграл большую роль. В 1902-м семья переехала в Петербург. И здесь, совершенно случайно, одна из поэтических тетрадей пятнадцатилетнего Самуила попала в руки известного русского критика и искусствоведа В.В. Стасова. Это изменило всю жизнь Маршака: Стасов, пришедший в восторг от стихов юноши, принял горячее участие в его судьбе, помог определиться в одну из лучших петербургских гимназий и дал возможность все свободное время проводить в публичной библиотеке.

Еще два человека: Максим Горький и Федор Иванович Шаляпин — сыграли большую роль в судьбе Маршака. Познакомившись с ним в доме Стасова, отнеслись к нему очень заинтересованно — их усилиями и на их средства Маршак два года учился в Ялтинской гимназии.

Вернувшись в Петербург и перейдя из разряда вундеркиндов в разряд молодого перспективного дарования, Маршак начал сотрудничать с одним из популярнейших российских журналов того времени — «Сатирикон». А уже в 1907 году из печати вышел его первый поэтический сборник — «Сиониды», посвященный еврейской тематике...

«БУДЬТЕ МОЕЮ МУЗОЙ!»

В 1911 году Самуил Маршак, в качестве корреспондента двух петербургских изданий — «Всеобщей газеты» и «Синего журнала», — в группе еврейской молодежи совершил довольно длительное, по-

луговое, путешествие по Ближнему Востоку — с продолжительными остановками в разных пунктах, например, в Иерусалиме.

Это первое заграничное путешествие Самуила Маршака не только ознаменовалось прекрасными лирическими стихотворениями, родившимися в поездке, дало обилие впечатлений и знаний, обогативших его внутренний мир, расширивших общую культуру и творческие возможности, но и привело к осознанию правильности наметленного им для себя пути.

А еще эти полгода странствований по чужим берегам подарили ему чудесного спутника — и на поездку, и, как оказалось, на всю жизнь. На пароходе, плывущем в Палестину, Маршак познакомился с Софьей Мильвидской — студенткой химфака университета, девушкой очень стройной и настолько изящной, что подруги частенько шутили: «Мильвидская, смотри — сломаешься». Отец Софии был необычайно красивым человеком, и дочь унаследовала его красоту.

Познакомившись и проникшись друг к другу необыкновенной симпатией, молодые люди уже не расставались ни на миг, а вскоре по возвращении они поженились.

Сделанный ими обоими выбор — по любви и по взаимному расположению и уважению друг к другу — дал им счастье долгой совместной жизни, позволил выйти победителями из сложных жизненных перипетий и вместе превозмочь тяжелые удары судьбы.

И, конечно же, Софья Михайловна с этого времени и до конца жизни оставалась музой писателя: несмотря на разницу в темпераментах, она прекрасно понимала мужа, поддерживала его в начинаниях и многое сделала для развития его таланта.

...В конце сентября 1912 года супруги Маршак отправились в Англию. Там они совершенствовали свое образование: Маршак учился сначала в политехникуме, затем два года посещал лекции на филологическом факультете Лондонского университета.

В 1914 году семья увеличилась на одного человека — Софья родила девочку, ко-

торую счастливые родители нарекли Натанелью...

Вскоре после начала Первой мировой войны семья Маршаков вернулась на родину.

НАТАНЕЛЬ — МАЛЕНЬКАЯ МУЗА

Ну не могло так оказаться, чтобы у писателя, написавшего много замечательных произведений для детей, не было маленькой музы, вдохновлявшей его на искренние и добрые строчки, радовавшие не одно поколение малышей... Была, но вдохновение и бесконечная любовь к детям, рождавшиеся в его душе, были связаны с одним очень печальным воспоминанием.

В 1915 году Маршак с женой приехал в Воронеж, чтобы быть призванным на фронт по месту рождения. Однако в армию его не взяли из-за плохого зрения. Тем не менее, Маршак задержался в Воронеже на два года. Город был заполнен беженцами, Маршак старался им помочь, а позже рассказывал, что общение с детьми беженцев стало стимулом к написанию стихов для маленьких.

Но было и еще одно обстоятельство, оказавшее на него влияние. — и обстоятельство весьма трагичное. Горестно в семью Маршаков в виде самовара с кипящей водой, который их годовалая дочь Натанель случайно опрокинула на себя. От полученных ожогов она вскоре скончалась в больнице...

Образ маленькой девочки, угасшей в самом начале жизни, всегда оставался в памяти и душе Самуила Маршака, образ любимый, и свою любовь к ней он пронес до самого последнего своего дня, многократно воплощая ее в строчках своих произведений: мудрых для взрослых и понятных детям.

ЧЕЛОВЕК, ПРИДУМАВШИЙ ТЮЗ

В годы революции и Гражданской вой-

ны Маршаку довелось поколесить по стране, неоднократно пересекая ее с севера на юг. В 1920 году он осел в Екатеринодаре (ныне — Краснодар). И здесь впервые проявились другие маршаковские таланты — организатора и, как бы сейчас сказали, креативщика: писатель кипел идеями, которые сам же и реализовывал.

Маршак за два года создал в Екатеринодаре так называемый «Детский городок» — целый комплекс детских учреждений, включавший в себя школу, библиотеку, мастерские и один из первых в России театр юного зрителя, для которого он сам пишет первые пьесы.

В конце 1922 года семья Маршака переехала в Петроград, где Самуил Яковлевич вскоре стал заведующим литературно-репертуарной частью Петроградского Театра юных зрителей. А вскоре начали выходить стихотворные книжки Маршака для маленьких читателей, мгновенно завоевавшие любовь и признание у этих самых «маленьких читателей»: «Детки в клетке» и «По жар», «Сказка о глупом мышонке» и «Багаж», «Вот какой рассеянный» и «Дом, который построил Джек».

В 1923 году Маршак организовал детский журнал «Воробей» (в 1924–1925-м — «Новый Робинзон»), будучи редактором которого, впервые опубликовал произведения Бориса Житкова, Виталия Бианки, Евгения Шварца — будущих классиков отечественной детской, и не только детской, литературы. Среди тех, кому он также открыл дорогу в большую литературу — Леонид Пантелеев и Григорий Белых (авторы «Республики ШКИД»), Даниил Хармс, Николай Заболоцкий и другие. Поэтому совершенно справедливо и вполне заслуженно Горький в начале 1930-х годов назвал Маршака «основоположником детской литературы у нас».

В 1938 году семья писателя — сам Самуил Яковлевич, Софья Михайловна и два их сына, Яков и Иммануэль, — переселилась в Москву.

МАСТЕР «АЛМАЗНОЙ ЧЕКАНКИ»

Маршак, старательно обходя литературные «митинги» и дразги, не стремясь попасть в президиумы и на съезды, продолжал много работать. С раннего утра и до сумерек в его комнате раздавался непрерывный стук печатной машинки, лишь по вечерам он выходил прогуляться по маленьким и тихим улочкам Москвы. Даже на дружеских посиделках он не любил тратить время на болтовню ни о чем.

Кстати, одним из его приятелей был известный ученый профессор МГУ Иван Каблуков, за которым водились периодически выдаваемые фразы типа «знаколицомое» или «домер нома». Естественно, профессор стал прототипом легендарного маршаковского героя — того самого «рассеянного с улицы Бассейной». Героя, написанного Маршаком с теплотой и юмором...

Вся страна не только знала «Самуила Яковлевича», но и с удовольствием читала, смотрела и слушала — в книгах, спектаклях и радиопостановках — его стихи и пьесы-сказки (некоторые из них до сих пор живут на театральных подмостках, на теле- и киноэкране) — «Кошкин дом», «Двенадцать месяцев», «Горя бояться — счастья не видать», «Умные вещи»...

Чем же так хорош и притягателен был Маршак в своих произведениях? Как писал о Маршаке относившийся к нему с большим уважением Корней Иванович Чуковский, «в игрушечный мир дореволюционной детской литературы он ввел живые и узнаваемые, обаятельные и забавные, фантазийные и поучительные образы людей, взрослых и маленьких, зверей, птиц, вещей, попадающих в самые разнообразные ситуации, вызывающие смех, сочувствие, понимание, недоверие — целый спектр чувств, в основу которых писатель ненавязчиво и тонко кладет назидание, наставляющее без принуждения и скуки».

Маршак творил во многих жанрах: стихотворная новелла, баллада, загадка, сценка, песенка, сказка и присказка, считалка, пьеса, и вот это разнообразие чудесным образом сочеталось с удивительной легкостью, изяществом, виртуозной простотой его стиха, музыкальностью ритма и смысловой насыщенностью текста. Неслучайно многие строчки из произведений Маршака — «стихов алмазной чеканки», как называл их Чуковский, — живут в культурном обиходе россиян, присутствуют в нашей живой разговорной речи как ее неотъемлемый элемент — сродни народным пословицам и поговоркам.

ГРАЖДАНИН ШОТЛАНДИИ

Практически во все время своей литературной деятельности (более 50 лет) Маршак продолжал сочинять и стихотворные фельетоны, и серьезную, «взрослую» лирику. Но взрослому читателю Маршак важен и интересен еще и тем, что открыл для нас прекрасный мир английской поэзии. Он автор ставших классическими переводов сонетов Уильяма Шекспира, песен и баллад Роберта Бернса, стихов Уильяма Блейка, У. Вордсворта, Дж. Китса, Р. Киплинга, Дж. Г. Байрона, Э. Лира, А.А. Милна, Р. Стивенсона. В этих переводах он показал себя блестящим мастером, очень тонко чувствующим чужой язык и глубоко знающим и понимающим свой собственный.

Не менее хороши переводы Маршака и других поэтов — украинских, белорусских, литовских, армянских, есть в его «собрании» и Г. Гейне, и Дж. Родари, и даже Мао Цзэдун.

О качестве и значении переводов С.Я. Маршака, широте и силе его таланта может свидетельствовать тот факт, что за переводы из Роберта Бернса Самуил Яковлевич был удостоен звания почетного гражданина Шотландии, а на похороны писателя с родины Бернса был прислан венок из вереска...

роны писателя с родины Бернса был прислан венок из вереска...

«ВСЕ ТЕ, КТО ДЫШИТ НА ЗЕМЛЕ...»

Один из хорошо знавших чету Маршаков людей как-то сказал: «Тем, что Маршак осуществился Маршаком, мы обязаны Софии Михайловне...»

И действительно, став Маршаку и женой, и музой, она смогла всю жизнь успешно совмещать эти две ипостаси. Умная и строгая, стойкая и мужественная, терпеливая и заботливая, все понимающая женщина была рядом с ним почти сорок два года. Они вместе пережили немало радости и горя, надежд и тревог, но никогда не теряли жизненной стойкости. Жестокая судьба отняла у них двоих детей: погибшую в младенчестве Натанель и сына Якова, умершего в 20 лет от тяжелой болезни. И тем не менее, супруги не замкнулись в своем горе, не утратили присущую им доброжелательность к людям, всегда оставались готовыми помочь всем чем угодно каждому нуждающемуся...

Однажды, в пору своих философских раздумий, Самуил Яковлевич написал такие строки: «Все те, кто дышит на земле, При всем их самомнении — Лишь отражения в стекле, Ни более, ни менее...» Однако, возражая сам себе, он всегда старался улучшить жизнь — тем, кто «лишь отражения в стекле», кто пришел в этот мир, кто вдохнул этот воздух, кто любит и любим... А он любил всех — «всех тех, кто дышит на земле...», но больше всех — одну...

Софья Михайловна Маршак умерла 24 сентября 1953 года. Самуил Яковлевич очень тяжело переживал ее кончину, а облик ее сохранил для себя и для нас в нескольких строках:

Колышутся тихо цветы на могиле
От легкой воздушной струи.
И в каждом качанье негнущихся лилий
Я вижу движенья твои.
Порою печальна, подчас безутешна,
Была ты чужда суеты
И двигалась стройно, неслышно, неспешно,
Как строгие эти цветы.

Самуил Яковлевич Маршак скончался 4 июля 1964 года в Москве, похоронен на Новодевичьем кладбище...

Первые читатели стихов Маршака уже давным-давно прадедушки и прабабушки, в мир приходят новые поколения — но и им не обойтись без веселых, остроумных и поучительных книг доброго волшебника. Ведь с Маршаком мы не расстанемся всю жизнь — становясь старше, мы приходим к его «взрослым» произведениям, а там уже приходит пора вновь возвращаться к детским — уже с нашими детьми...

Подготовил Саша МИРТ
по материалам:

М. Гейзер. Маршак; Советская энциклопедия, ст. «Маршак Самуил Яковлевич»; И. Марьясин. Немного о семье Маршаков; и Интернет-сайтов



ВОПРОСЫ ЮРИСТУ

О регистрации по месту жительства
Об отчуждении долей в праве общей долевой собственности
О виде на жительство
Об обязательной доли в наследстве

В двухкомнатной неприватизированной квартире прописан мой восемнадцатилетний сын и бывший муж. Он хочет выписаться из этой квартиры и прописать туда меня. А я прописана в своей приватизированной квартире.

Возможен ли такой вариант и нужно ли на это согласие сына?

На регистрацию по месту жительства в жилом помещении требуется согласие всех проживающих в данном помещении совершеннолетних членов семьи. Соответственно, Вас можно будет зарегистрировать в квартире по месту жительства только в том случае, если Ваш сын даст на это согласие.

Раньше при дарении или продаже долевого имущества от второго собственника нужна была доверенность, заверенная у нотариуса. Теперь закон изменился. Мы с моей тетушкой получили в наследство квартиру в центре России. Тетя живет на Дальнем Востоке. По новому закону она должна присутствовать при оформлении

продажи или дарения собственности. Но поскольку тетушка очень старенькая, приехать она не может. Получается, что я одна не смогу продать эту квартиру?

В Федеральный закон «О государственной регистрации прав на недвижимое имущество и сделок с ним» были внесены изменения, в соответствии с которыми в настоящее время договоры об отчуждении долей в праве общей долевой собственности на недвижимое имущество подлежат нотариальному удостоверению, в том числе и в случаях, когда продается весь объект целиком, всеми сособственниками одновременно.

Между тем, Вы по-прежнему можете действовать от имени своей тети по доверенности. То есть, тетя может направить Вам почтой нотариально удостоверенную доверенность, в которой укажет, что она доверяет Вам быть ее представителем, продать принадлежащую ей долю в праве общей долевой собственности на конкретный объект недвижимости, в том числе с правом представления ее интересов у нотариуса при удостоверении

сделки по купле-продаже недвижимости, и получить за нее причитающиеся ей за ее долю денежные средства. Такой доверенности будет достаточно для того, чтобы Вы могли действовать при продаже данной квартиры и от своего имени, и от имени тети.

Разъясните, пожалуйста, что такое «вид на жительство». В каких случаях и как его получают?

Термин «вид на жительство» используется в миграционном законодательстве, то есть в законодательстве, регулирующем отношения, связанные с правом иностранных граждан и лиц без гражданства находиться на территории Российской Федерации.

Согласно ст. 2 Федерального закона «О правовом положении иностранных граждан в Российской Федерации» от 25.07.2002 года вид на жительство — это документ, выданный иностранному гражданину или лицу без гражданства в подтверждение его права на постоянное проживание в Российской Федерации, а также его права на свободный выезд из Российской Федерации и въезд в Российскую Федерацию. Вид на жительство, выданный лицу без гражданства, одновременно является документом, удостоверяющим его личность.

Порядок предоставления вида на жительство регламентируется Административным регламентом предоставления ФМС России государственной услуги по выдаче иностранным гражданам и лицам без гражданства вида на жительство в Российской Федерации, 2014 г.

По общему правилу вид на жительство имеет право получить иностранный гражданин или лицо без гражданства, которое проживает на территории Российской Федерации на основании разрешения на временное проживание не менее одного года. Вид на жительство выдается иностранному гражданину сроком на пять лет и может быть неоднократно продлен.

В случае, если иностранный гражданин является высококвалифицированным специалистом или признан носителем русского языка, то такому лицу вид на жительство может быть выдан без соблюдения правила о сроке проживания на территории Российской Федерации.

Внешне вид на жительство

представляет собой документ синего цвета, размером, аналогичным паспорту. Вид на жительство содержит фотографию лица, которому он выдан, а также сведения о его фамилии, имени, отчестве, месте и дате рождения, регистрации по месту жительства и о сроке такой регистрации.

Лицо, получившее вид на жительство, обязано ежегодно подтверждать факт своего постоянного проживания, направляя в органы в сфере миграционной службы уведомления, представлять доказательства наличия законного источника средств к существованию.

Я купила приватизированную квартиру. Мои муж и сын умерли, я — инвалид II группы и живу одна. Мне помогает невестка — жена сына.

Если я оформлю завещание на нее, будет ли мой племянник претендовать на мою квартиру, хотя он ко мне не ходит, отношения не поддерживает и ни в чем мне не помогает? Если учесть, что племянник тоже инвалид (III группы), сможет ли он оспорить мое завещание?

С учетом того, что Вы не страдаете психическим заболеванием, препятствующим Вам понимать значение своих действий и руководить ими, и при этом нотариус удостоверит Ваше завещание, у Вашего племянника едва ли будут основания оспорить Ваше завещание.

Между тем, в силу ст. 1149 ГК РФ правом на получение обязательной доли в наследстве обладают лишь нетрудоспособные дети, родители, супруг наследодателя, а также иные нетрудоспособные лица, которые состояли на иждивении наследодателя. То обстоятельство, что племянник является инвалидом III группы, не позволит ему претендовать на получение обязательной доли в наследстве, поскольку он, не проживая и не общаясь с Вами, не будет считаться Вашим иждивенцем, а нахождение на иждивении предполагает получение от наследодателя средств к существованию.

На вопросы отвечали независимый советник по правовым вопросам, член международной ассоциации юристов Н.И. АЛИМКИН и адвокат О.Н. АЛИМКИНА



На вопросы о вере и православии, интересующие наших читателей, отвечает священник Алексей ЗАВГОРОДНИЙ

Не всегда есть возможность обратиться к священнику в церкви, поэтому обращаюсь за советом в жизненной ситуации к Вам.

Мне 30 лет и ничего не получается в личной жизни. А хочется уже и мужа, и детей. Напишите, пожалуйста, кому надо молиться, кого просить о помощи именно в подобных ситуациях. Читаю молитву Божией Матери «Девушке о замужестве», но Господь «не слышит».

Может быть, на мне «венец безбрачия», или в православии такого понятия нет, и верить в такое — грех? Подскажите, что мне делать в моей ситуации. Мне совсем не хочется оставаться одной.

«Венец безбрачия», «пояс одиночества», «сделано на одиночество» — таких понятий в церкви нет. Есть только то, что мешает Богу осуществить в Вашей жизни все, что вы просите. И это не только замужество, деторождение, но и, например, хорошая работа, крепкое здоровье и т. д. И всему этому помеха — принятие неправильных решений, а затем реализация их в своей жизни (совершение грехов). А так как грех исходит по инициативе человека, то по его же инициативе должен и пресекаться. Поэтому нужно начать с исповеди и причастия, а затем заказывать молебны: в первую очередь благоверным Петру и Февронии Муромским, святителю Николаю Чудотворцу,

святителю Митрофану Воронежскому. В последующем необходимо рассказать о своей проблеме батюшке, и тот скажет, кому молиться дома, предварительно дав на это благословение. И все будет хорошо.

Какой храм построили родители Серафима Саровского? Кому он посвящен (как называется) и в каком городе находится?

Родиной Серафима Саровского был губернский город Курск, где отец его, Исидор Мошнин, имел кирпичные заводы и занимался в качестве подрядчика постройкой каменных зданий, церквей и домов. Исидор Мошнин слыл за чрезвычайно честного человека, усердного к храмам Божиим и богатого, именитого купца. За десять лет до смерти своей он взялся построить в Курске новый храм во имя преподобного Сергия Радонежского, по плану знаменитого архитектора Растрелли. (Впоследствии, в 1833 году, этот храм стал кафедральным собором.) В 1752 году состоялась закладка храма, и, когда нижняя церковь, с престолом во имя преподобного Сергия, была готова в 1762 году, благочестивый строитель, отец великого старца Серафима, основателя Дивеевского монастыря, скончался. Передав все состояние свое доброй и умной жене Агафии, он поручил ей довести дело построения храма до конца. Мать о. Серафима была еще

благочестивее и милостивее его отца: она много помогала бедным, в особенности сиротам и неимущим невестам.

Агафия Мошнина в течение многих лет продолжала постройку Сергиевской церкви и лично наблюдала за работами. В 1778 году храм был окончательно отделан, и исполнение работ было так хорошо и добросовестно, что семейство Мошниных приобрело особое уважение жителей Курска.

Преподобный Серафим родился 19 июля 1759 года и наречен Прохором. При смерти отца Прохору было не более трех лет от рождения, следовательно, его всецело воспитала боголюбивая, добрая и умная матушка, которая учила его более примером своей жизни, проходившей в молитве, посещении храмов и помощи бедным. Что Прохор был избранником Божиим от рождения своего — это видели все духовно развитые люди, и не могла не почувствовать благочестивая его мать. Так, однажды, осматривая строение Сергиевской церкви, Агафия Мошнина ходила вместе со своим семилетним Прохором и незаметно дошла до самого верха строившейся тогда колокольни. Отойдя вдруг от матери, шустрый мальчик перевесился за перила, чтобы посмотреть вниз, и, по неосторожности, упал на землю. Испуганная мать в ужасном состоянии сбежала с колокольни, воображая найти своего сына разбитым до смерти, но, к несказанной радости и величайшему удивле-

нию, увидела его целым и невредимым. Дитя стояло на ногах. Мать слезно возблагодарила Бога за спасение сына и поняла, что сын Прохор охраняется особым Промыслом Божиим.

Мой сын сызмальства посещает воскресную школу. Недавно изъявил желание стать священником. Но он боится, что его не примут в Духовную семинарию из-за того, что поет он не очень хорошо — плохо интонирует. Напишите, пожалуйста, что ему предпринять и чем мы можем ему помочь.

Для поступления в Духовную семинарию на пастырский факультет совсем не обязательно хорошо петь и чисто интонировать. Абитуриенту очень важно знать Священное писание, научиться читать некоторые молитвы из утреннего и вечернего правила, а также изучить историю Русской Православной Церкви. При этом из обязательных документов необходимо представить рекомендацию приходского священника, который подготовит Вашего сына к поступлению. Поэтому ваши действия таковы. Необходимо сходить в храм, ближайший к месту вашего жительства, объяснить священнику, что сын изъявил желание поступать в семинарию, и попросить батюшку помочь юноше в подготовке к поступлению.

Православный календарь на сентябрь (новый и старый стиль)

- 5 сентября / 23 августа — Отдание праздника Успения Пресвятой Богородицы
- 8 / 26 — Сретение Владимирской иконы Пресвятой Богородицы
- 11 / 29 — Усекновение главы Пророка, Предтечи и Крестителя Господня Иоанна
- 12 / 30 — Перенесение мощей блгв. кн. Александра Невского. Обретение мощей блгв. кн. Даниила Московского
- 14 / 1 сентября — Начало индикта — церковное новолетие
- 21 / 8 — Рождество Пресвятой Владычицы нашей Богородицы и Приснодевы Марии
- 25 / 12 — Отдание праздника Рождества Пресвятой Богородицы
- 27 / 14 — Воздвижение Честного и Животворящего Креста Господня
- 30 / 17 — мцц. Веры, Надежды, Любви и матери их Софии.

НЕИДЕАЛЬНЫЕ ИДЕАЛЫ

Как часто, глядя на себя в зеркало, мы расстраиваемся, обнаружив кучу недостатков. «Как бы мне хотелось иметь идеальную фигуру, красивые волосы и глаза, прекрасную кожу», — мечтают миллионы девушек во всем мире, вспоминая при этом идеальных красавиц с обложек глянцевого журналов и экранов телевизоров. А между тем, наши идеалы, восхитительные звезды Голливуда, не стремятся быть идеальными. Наоборот, они пытаются стать «ближе к народу», не стесняясь показать свои недостатки и раскрывая свои секреты красоты. Ну что, вы все еще комплексуете? Тогда они идут к вам!



«У» меня нет никакого желания всегда выглядеть восхитительно. Многие думают, что раз я супермодель, то это моя обязанность — всегда быть на высоте. Но это совсем не так! Иногда я просто хочу сидеть дома в тренировочном костюме и с кремом от прыщей на лице, — откровенничает **СИНДИ КРОУФОРД**. — Я такая же, как и миллионы женщин вокруг».



Очень многие девушки завидуют эффектной декольте знойной **КИМ КАРДАШЬЯН**. Звезда же не постеснялась раскрыть его секрет, выложив на своей страничке в социальной сети свое фото с обнаженной грудью и двумя рядами липкой ленты, поддерживающей ее в идеально-приподнятом состоянии. Оказывается, актриса использует очень много клейкой ленты, чтобы преподнести свое декольте в самом выгодном свете для публики. Сколько же слез проливает она потом, когда сдирает всю эту ленту со своего тела!

Модель **ДЖОРДЖИЯ МЭЙ ДЖЭГГЕР** не может похвастаться идеальной улыбкой. Дело в том, что щербинка меж-



ду зубами давно волнует стоматологов модели, но не ее саму! Очень долго врачи упрашивали ее поставить брекеты, но красавица отказалась, превратив щербинку между зубами в свою «фишку».



А вы знали, что актриса **КЕЙТ БОСУОРТ** с рождения «страдает» редкой аномалией под названием «гетерохромия», выражающейся в разном цвете глаз? Для кого-то это могло быть трагедией, но только не для Кейт. Наоборот, от этой аномалии ее красота не пострадала нисколько, а разный цвет глаз не помешал стать голливудской знаменитостью.

Девушкам с нулевым размером груди не стоит комплексовать и расстраиваться! Вот, например, **КИРА НАЙТЛИ** уверена, что маленькая грудь не раз выручала ее, помогая получить роли в истори-



ческих фильмах. Кира отнюдь не прячет ее и не пытается увеличить, хотя бы зрительно. Наоборот, она облачается в ультраузкие корсеты и откровенные декольте, не пряча, а горделиво выставляя напоказ свои весьма скромные достоинства.



Когда-то **СИЕННА МИЛЛЕР** заявила: «Мне никогда не стать девушкой Джеймса Бонда — ведь у меня нет груди! Зато есть целлюлит. Это далеко не лучшая комбинация для пози-

рования в купальнике». Несколько позже актриса все-таки получила приглашение на роль в бондиане от самого Дэниела Крейга. Однако актриса отвергла завидное предложение, объяснив свой отказ тем, что ей просто неинтересно играть «типичную красотку».



ре появились и лишние килограммы. Однако певица не унывала, и правильно делала. Серьезно поправившись, Джессика решила превратить этот недостаток в достоинство и основала собственный бренд одежды для полных женщин, заработав на нем более семисот миллионов долларов. «Я хороша такой, какая я есть», — резонно решила певица.

В одной из своих предвыборных речей кандидат в президенты США Дональд Трамп позволил себе колкость в адрес супермодели **ХАЙДИ КЛУМ**, съязвив, что та «на десяточку уже не тянет». Модель не растерялась и сняла шуточный видеоответ «будущему президенту», дополнив его свеженьким сексуальным снимком и заявлением: «Мой живот уже не будет таким же плоским, как раньше. Но я его все равно обожаю. Ведь он напоминает мне о моих главных достижениях — о моих детях». А их у Хайди аж четверо!



Бледная кожа со множеством веснушек, отсутствие макияжа и распущенные огненно-рыжие волосы — таков фирменный стиль **ДЖУЛИАННЫ МУР** в повседневной жизни. «Макияж? Шпильки? Наряды? Все это только для сцены и экрана, — смеется Мур. — В жизни я совсем не такая!»



Джулия РОБЕРТС — сторонница всего натурального. «В отпуске я полностью расслабляюсь и даже позволяю появиться на теле лишней растительности — ну, конечно, когда я у себя на ранчо, а не на курорте», — откровенничает звезда. Отдых есть отдых — даже от идеальной красоты!



Легендарной **ЛАЙЗЕ МИНЕЛЛИ** уже далеко за шестьдесят, однако, несмотря на возраст, актриса все еще не прочь похулиганить. Не так давно она, например, явилась на громкую голливудскую премьеру в полупрозрачном наряде, отнюдь не украсившем ее пышную немолодую фигуру. Но мнение уважаемой публики актрису несколько не волновало. Она развлекалась на полную катушку, веселилась и чувствовала себя более чем уверенно!



ДЖЕННИФЕР ЛОПЕЗ все чаще появляется на публике без макияжа. Кстати, без косметики актриса выглядит намного моложе своих лет, а ведь ей за сорок пять. Фотографии без макияжа становятся своеобразной визитной карточкой актрисы. Она совершенно не стесняется показаться такой, как есть, и выкладывает свои неидеальные фотографии на своей страничке в одной из соцсетей.



Актриса **ДЕМИ ЛОВАТО** выложила в Интернет селфи без макияжа с подписью: «Нет макияжу в понедельник! Почему? Ведь мы заслуживаем того, чтобы показать миру нашу красоту и доверие!» Ну разве можно с этим не согласиться!

Подготовила Марина ХРИСТЕНКО



Актриса **ДЖЕЙМИ ЛИ КЕРТИС** — одна из немногих голливудских знаменитостей, решивших не бороться с сединой. «Да, сначала очень многие не одобряли мое решение не красить волосы. Все вокруг говорили мне, что серебристый цвет меня старит. А теперь кусают локти от зависти, ведь я выгляжу просто классно, не так ли?» Конечно, дорогая Джейми!

После расставания с любимым певица **ДЖЕССИКА СИМПСОН** расслабилась и все чаще стала забывать о причёске и макияже. Вско-

В МЕЧТАХ ОБ ОТРИЦАТЕЛЬНЫХ РОЛЯХ: Петр ФЕДОРОВ и Владимир ЖЕРЕБЦОВ

Они практически одногодки: Федорову 34 года, Жеребцову — 33, красавцы-москвичи, талантливы, востребованы режиссерами и любимы зрителями.

Каждый сыграл уже в четырех десятках картин и мечтает воплощать на экране отрицательных героев, считая эти роли более интересными для актера.



**Петр ФЕДОРОВ:
РЕШИЛ СТАТЬ АКТЕРОМ
НА ПОМИНКАХ ОТЦА**

Фильм знаменитого режиссера Игоря Таланкина «Звездопад», сценарий которого основан на трех рассказах Виктора Астафьева, вышел на экраны советских кинотеатров ровно за год до рождения сына у 22-летнего актера Евгения Федорова, сыгравшего в этой картине главную роль. Она была главной и практически единственной ролью в его актерской судьбе. После фильма Евгений ушел из актерской профессии, став педагогом, искусствоведом и главным организатором Рериховского общества в Москве, а также автором и ведущим телевизионных детских передач. Умер в 1999 году скоропостижно, от рака, в 39

лет. Вот на этих-то поминках 17-летний Петр Федоров узнал от завтруппы театра им. Вахтангова Галины Коноваловой, что отец увидел в нем актерское дарование. И хотя готовился Петя, с детства увлеченный рисованием, поступать в знаменитое художественное училище им. Строганова, он в одночасье изменил свои планы на будущую профессию и подал документы в театральный институт им. Щукина. Может, проснулись актерские гены, ведь Петр Федоров — младший внук актера театра им. Вахтангова — Евгения Федорова и двоюродный внук актера театра Ленком — Александра Збруева. А может, Петр выбрал семейную профессию в память об отце и наперекор судьбе, разлучившей его с отцом еще в раннем детстве.

ДЕТСТВО

Родился Петя в Москве и три года, пока родители не развелись, жил с ними в столице, а потом они с мамой уехали на Алтай и следующие одиннадцать лет прожили в маленьком поселке. Много неприятных историй было, вплоть до поножовщины. В какой-то момент ему пришлось даже уйти из школы, сдавать экстерном экзамены за несколько классов. Потом, в четырнадцать лет, Петр вернулся в Москву, но отношения со сверстниками у него все равно не складывались, и он скитался из школы в школу. Но Алтай дал художественной натуре Федорова и особый, сакральный заряд, ведь жил он в Уймонской долине — в том «месте силы», где, по легенде, можно переждать конец света, куда отовсюду съезжаются «посвященные», строят там круглые дома и создают Пространство Духовной Культуры.

ПРОФЕССИЯ — АКТЕР

После окончания «Щуки» Федорова приглашают работать в театр им. Станиславского, но еще студентом он уже снимается в кино, и сразу в главной роли: в картине Леонида Марягина «101 километр». Следующей заметной работой, принесшей ему огромную популярность, стала роль мажора Даниила в сериале «Клуб». Три сезона «оттрубил» он в «Клубе», и может,

«клубился» бы и дольше (было снято 8 сезонов популярного у молодежи сериала), но удача улыбнулась ему самой широкой своей улыбкой: Федор Бондарчук, приступавший к экранизации «Обитаемого острова» Стругацких, предложил Петру одну из главных ролей — Гая Гаала. И тут уж Федоров потерялся удачу не упустить: субтильный по складу фигуры (62 кг при росте 180 см) и неспортивный по складу характера, он так взялся за тренировки, что через полгода сам себя не узнавал в зеркале. Без каких-либо препаратов, исключительно за счет тренировок набрал 20 килограммов мышечной массы, а заодно избавился и от вредных привычек — сигарет и алкоголя. Результат не заставил себя ждать: молодому актеру стали поступать предложения интересных, даже экстремальных ролей, например, роль предводителя скинхедов Штыка в нашумевшем, обвиненном в разжигании национальной розни, прошедшем суды и все же получившем фестивальные премии фильме Павла Бардина «Россия 88». Его философия здесь такова: «Нашей целью было задеть за живое и открыть дискуссию. Нам хотелось показать нацизм через атмосферу бытовой агрессии, которой Россия, к сожалению, отличается. Проблема ведь не столько в самих бритоголовых, сколько в сочувствующих, которых гораздо больше — сотни тысяч. С их стороны нет никакого порицания насилия — наоборот, моральная поддержка».

И РЕЖИССЕР

После этой работы Федоров сам как режиссер снял несколько короткометражных картин, а также сыграл в новогодних комедиях: «Елки-2», «Мамы», «Елки-3» — для своей мамы, чтобы не только в драках и крови она видела его на экране. Сейчас его представляют довольно пространно: режиссер, сценарист, каскадер, актер театра и кино, музыкант — он клавишник в группе Race to Space, играющей электронный трип-рок. А на вопрос, кем бы стал Петр Федоров, если бы начал все с нуля, отвечает: «Фермерство — очень неплохое занятие». Сейчас он работает только в кино, из театра ушел еще во время подготовки к съемкам в «Обитаемом острове», снимается немного: не более чем в двух-трех фильмах в год, и то если предлагают хорошие сценарии, интервью дает мало, в светской хронике не мелькает. Считает, что актер не должен быть абсолютно счастливым, спокойным, инертным, так как это убивает талант и дееспособность. Нормальное и неотъемлемое состояние души актера — рефлексия. Он абсолютно чужд звездности, ездит по Москве на простом мопеде, носит спортивные штаны, в которых может появиться и на красных дорожках фестивалей, так как считает, что мода любит самоиронию. Нет его и в соцсетях, а повальное увлечение селфи он называет бытовым фо-

тонарциссизмом. Главной ценностью в жизни считает семью, хотя своей, настоящей, еще не создал, а женой де-факто считает свою любимую: модель и фотохудожника Анастасию Иванову. Они вместе уже много лет, хотя Федорову удавалось скрывать подробности своей личной жизни, пока на обложке одного из журналов не появилось его фото с любимой девушкой. Снимок вызвал скандал: пара была полностью обнажена, а комментарий Петра был лаконичным: «Но ведь она модель и очень красива!» Они мечтают пожениться, чему активно препятствуют родители Насти: богатые и влиятельные, они считают эту связь дочери мезальянсом. Для них Петр Федоров пусть и известный, но просто актер, который в любой момент может потерять популярность, а значит, и заработок. Долго ли Анастасия будет послушной дочерью или все же решится пойти с любимым под венец? Ведь время заводить детей уже поджигает. Да и родители могут переменить свое мнение после просмотра таких крупномасштабных военных драм, вышедших на экраны страны, как «Сталинград» и «А зори здесь тихие». Ведь Петр ярко и талантливо сыграл в них главные роли. Положительные. А теперь ждет неординарных, отрицательных, с подковыркой, с вывертом.

Владимир ЖЕРЕБЦОВ:

**АКТЕРОМ ЕГО СДЕЛАЛА
ДВОЙКА ПО ИСТОРИИ**

Так получилось, что двойку он получил на вступительных экзаменах в МГУ на истфак, и именно по истории, поставив таким образом жирный крест на профессии, о которой мечтал всю жизнь. Правда, долго не расстраивался, так как за плечами имелся неплохой багаж для поступления на актерский: семь лет занимался в театральной студии «Юпитер». Родители, хоть сами ни с кино, ни с театром непосредственно связаны не были, актерские способности у сына определили еще в раннем возрасте, поэтому, когда пришла пора отдавать юное дарование в школу, нашли такую, где была театральная студия.

Двадцать ролей успел сыграть Вова Жеребцов в школьном театре, причем, в спектаклях классического репертуара: «Мещанин во дворянстве», «Ночь ошибок», «Пигмалион», «Над пропастью во ржи». Он неоднократно становился победителем городского конкурса чтецов, а город-то, надо отметить, Москва. Поэтому неудивительно, что без проблем, с первого, что называется, «захода» поступил в Театральное училище им. Щепкина и уже со второго курса его

стали вводить в репертуарные спектакли Малого театра и Театра им. Пушкина. Кстати, в этот театр Владимира пригласили после окончания вуза, и там же он служит по сей день.

И ТЕАТР, И КИНО

К театральным работам Владимир относится трепетно, у него правило: в день спектакля киносмотреть не должно, и все помрежи фильмов, в которых он снимается, строя график работы Жеребцова, это учитывают. А в кино у него работы много, сыграв по молодости в нескольких картинах эпизодические роли, в 2002-м получает главную и знаковую — в многосерийной ленте «Утесов. Песня длиною в жизнь», где воплощает образ молодого Утесова. Дебют оказывается довольно успешным, далее следуют новые интересные предложения, он попадает в обойму актеров, которых хочет видеть зритель, а значит, будут приглашать продюсеры. Круг таким образом счастливо замыкается, и актер востребован, а значит, если умен, то постоянно находится в состоянии самосовершенствования. Жеребцов — из умных, он Щепкинское окончил с красным дипломом, он ищет образ, он не трафаретен, он любит тонкую игру на полтонах: «Я считаю, что не актеры должны смеяться, рыдать и рвать страсти — это должно со зрителем происходить. Актер может быть вообще с нейтральным лицом на сцене, не выражать ничего, но если в этот момент на него смотрит зритель и рыдает, и ему сопереживает, то это высшая похвала».

Владимир любит работать на сцене и в кадре вместе с женой — актрисой Анастасией Паниной, которая после окончания театрального училища тоже была приглашена в Театр им. Пушкина, где на спектакле «Ромео и Джульетта» они познакомились: Жеребцов был Ромео, а Панина — в массовке. Но затем, в спектакле «Пули над Бродвеем» они играли влюбленную парочку, и в конце спектакля герой Владимира произносил: «Мы поженимся, и у нас будут дети». Так и вышло, спустя несколько лет актеры поженились и сейчас у них растет дочка: папа присутствовал на родах, но так волновался, что мало что помнит. А шестилетняя Саша уже два года учит иностранные языки, и со знанием дела спрашивает у родителей: «Ты на съемки или на репетицию?»

СЕМЬЯ

Актерские браки бывают скоропалительны: сыграли влюбленных, увлеклись, думали — вечная любовь, а оказалось — несхожесть характеров. У Владимира с Настей другой сюжет: влюбленность, ухаживания, расставание на год, новая встреча и вопрос Владимира Насте, какие у нее планы на ближайшие сто лет, за которым последовал незамедлительный ответ:

«Быть вместе». Сейчас они вместе снимаются в сериале «Физрук». «Надеюсь, это не последний наш совместный проект. Когда ты знаешь человека, то можешь делать интересные вещи в кадре. Как мы это называем, кружева плести: общаться на полтонах и полувзглядах, потому что мы знаем друг друга и понимаем с полуслова, а это немало важно для камеры». Самым трудным в актерской профессии актер считает умение не потерять себя, хранить — от некачественных предложений, от соблазна ради крупного гонорара поучаствовать в «дешевых» проектах. Пока он чаще снимается в сериалах, чем полнометражном кино, однако за работы свои не краснеет: «Вернуть веру», «Широка река», «Пари», «Жизнь, которой не было», «Москва. Три вокзала», «Склифосовский», «Память сердца»...

Отдыхает Владимир в спортзале: три раза в неделю занимается карате. В детстве увлекался футболом и хоккеем, а сейчас полюбил спорт не только за азарт и физические нагрузки, но и за философию. Понять, вникнуть в суть явления — это его путь. Он и в семейной жизни старается не растекаться по мелочам, всегда первым идет на уступки и утверждает, что главное — уметь слышать друг друга и уметь друг друга удивлять. Мечтает удивлять и зрителей: «Хотелось бы сыграть неожиданные вещи. В кино многие мои роли достаточно однообразны по своей интеллигентности, хотя были и неожиданные вещи. Очень хочу сыграть совершенно отрицательную роль, либо фантастическую, в комедии или в сказке — какую-нибудь гадость лесную или злого волшебника».

Подготовила Мария ПЕТРОВА



Артур отодвинул крутящееся кресло от стола, отъехав на нем, и вытер лоб рукой. Устал — и в самом деле, столько часов провести за компьютером, виданное ли дело?! Счастье, конечно, повезло ему, что занял свою нишу в современном бизнесе, но и иметь дела с компьютерами — о-очень не просто. Есть доход, денежки каплют на счет, а здоровье-то тоже цену имеет! Особенно теперь, когда дома такое творится...

Вспомнив о домашних делах, он тяжело вздохнул. Вот ведь судьба какая незадачливая — спать хочется в третьем-то часу ночи, а приходится о семье помнить! Нет бы спокойно на диван завалиться, но ведь там, на этом диване...

Осторожненько, на носочках, он шагнул из своей комнаты в зал — как раз туда, где «творилось».

Ну, конечно, она спала на их диване, раскинувшись под тонким одеялом и слегка приоткрыв рот. Фу! Плебейка! На ногтях правой руки, лежащей на пряди разлохмаченных русых волос, слегка облупился лак, левую она изо всех сил прижала к груди, будто у нее там болело.

Может, и болело... но разве он виноват, что судьба повернула и закрутила так лихо, что он теперь видеть ее не может — ту, которой несколько лет назад обещал вечное счастье? Откуда он знал, что так получится?

Артур немного посмотрел на спящую женщину, которая вдруг улыбнулась во сне, тронула себя за прядь длинных волос, согнула в колене ногу, освободив ее из-под одеяла, и вновь пошел в свою комнату — лучше за компьютером, чем с ней. Ее он больше видеть не мог — ни этих полуткрытых губ, ни загорелой обнаженной коленки, ни тонкого заястыя с вечно не снимаемым на ночь позолоченным браслетом. Ну не любил ее он больше, не любил — что ж ему теперь, удавиться, что ли! Вот уж, блин, морда кирпичом у этой ненавистой бабы, хоть плачь!!!

■ ■ ■ ■ ■
— **М**а-а-м, сделай мне бутерброд с чаем, я же опоздаю! — завопил Мишка из-за приоткрытой двери. — И Рекс ждет, гулять хочет, ну сколько ты спать будешь? Сама опоздаешь!

Инна села в постели, тряхнула тяжелой головой. И правда, вставать пора — сына провожать, мужа...

Мужа!!! Голова сразу стала еще тяжелей, руки упали на высунутые из-под одеяла колени. Нет больше мужа. Есть сосед по квартире, с которым как можно быстрее надо расстаться. Ладно, не до него сейчас, сейчас главное — сына в школу отправить, с собакой погулять и самой на работу не опоздать.

Так, все успела. Бутерброд сделала, чай заварила. Рекса на поводок подцепила.



Идя с тяжеловесным боксером по березовой аллейке за домом, она все же не смогла удержаться от грустных мыслей. Ну никак не привыкнуть к этому одиночеству вдвоем — вроде и рядом Артур, и нет его... Зато есть третья. «Коллега по работе» — его коллега. Оксана. Еще полгода назад у них была семья — может быть, не самая лучшая, но все-таки... А теперь — всё, нет семьи. Есть Артур — сам по себе. И есть Оксана, которая с ним. И есть тяжелые, страшные мысли, не оставляющие даже во сне. И есть Мишка, уж которого точно оставить нельзя — ни во сне, ни наяву, независимо от Артуровых телодвижений и Оксаниных прихотей. И есть долг, согласно которому надо жить, надо работать, надо воспитывать Мишку. Главное — надо жить. Жить, когда совсем этого

не хочется. Лечь бы на этот проклятый диван, задрать ноги на спинку, откинуть голову за подушку, и — Господи, прости! Будь что будет!

Но есть чудесный-расчудесный Мишка, которому не понять маминых-папиных прихотей, ссор, перепалок, недомолвок и вообще жизненных перемен.

И ради этого двенадцатилетнего невинного чуда надо жить.

поест привезу, — и, услышав согласие, невидимо закивала: — Да-да, сейчас подъеду.

И, сама не понимая, что творит, зашла в магазин, купила свежих пирожков с соком, вышла, села в маршрутку и отправилась к нему на работу.

Маршрутка ехала долго. Мыслей было много. Воспоминаний — без конца — без края.

...Вот они с Артуром встречались — ах, что за романтика! Сказка просто! Вот он сделал ей предложение, вот они жгли новогодние свечи, вот он чуть с ума не сошел от счастья, узнав, что она ждет ребенка!..

...А вот она чуть с ума не сошла, когда вела двухлетнего Мишку из садика, а ей доложили, что муж находится в соседнем подъезде, у женщины. Он тогда отмазался, придумал что-то, а ей так хотелось верить в его оправдание.

А потом им трудно стало жить, и Артур уехал на заработки в Москву. И спустя время она опять узнала: у него там женщины. Он и тут оказался прав:

— Тебя же со мной нет!

Все передумала: маньяк, что ли?! Простила, время прошло, наладились отношения, наладилась материальная сторона жизни, Артур открыл свою фирму, появилась стабильность... И — раз!

— Мне нужен менеджер.

— Может, я попробую? — предложила Инна.

— Куда тебе! — вдруг ответил ранее внимательный муж.

Она обиделась, но промолчала. Он — хозяин фирмы, ему видней.

И появилась Оксана. Увы, та самая Оксана... Чтоб ее черти взяли, чтоб она сгорела в вечном аду!!!

Не хочет жить ради сына Артур, значит, надо ей.

■ ■ ■ ■ ■
— **И**нна Андреевна, ну дайте «Войну и мир»! — ныл толстый второкурсник колледжа искусств, где Инна который уже год работала библиотекарем. — Вы чего сегодня не слышите-то никого? Она и правда сегодня плохо воспринимала происходящее, заведующая уже дважды делала ей замечания.

Инна выписала толстяку две толстые книги, задумчиво взяла свою сумку и медленно двинулась к двери, не обращая внимания на вопли заведующей. Вышла за дверь, достала телефон и набрала номер.

— Артур? — спокойно произнесла в трубку. — Ты опять допоздна сегодня? Давай, я тебе

Артур подписывал очередной договор с заказчицей, проклиная мысленно все на свете, — тетка оказалась на редкость противной. Наконец все было закончено: выписан счет, обсуждены тонкости взаимных услуг... Тетка удалилась. Артур вернулся в комнату, где оставалась одна Оксана — остальные сотрудники разошлись.

— Сейчас моя жена приедет, поест нам привезет, — неловко сообщил ей Артур.

Оксана слегка вздрогнула:

— Она хоть не в курсе?

— Да еще чего! — он беспечно махнул рукой, а сам подумал, что жена похожа на ведьму. Все-то неделю назад, когда Оксана только появилась в его офисе, жена вдруг устроила скандал, начала кричать, что он опять

62 Братья наши меньшие КАК УБРАТЬ МЕТКУ

Моя кошка беспрестанно метит подоконник. Я вообще впервые увидела: метит территорию именно кошка. Увидела, убрала, а через некоторое время все повторилось, причем, на том же месте. Видимо, она учуяла это место и решила свою метку обновить. Как же убрать запах, чтобы она не возвращалась на «место преступления» и не гадила на подоконник?



Домашние питомцы обладают отменным нюхом, и, нагадив хотя бы один раз в неположенном месте, будут туда возвращаться постоянно, так как будут чувствовать свой запах, как бы хорошо вы это место ни вымыли. Проще всего избавиться от этой неприятности, если сразу, как только заметили лужицу, щедро засыпать ее пищевой содой так, чтобы она полностью впитала жидкость. А убирать ее надо не веником, а пылесосом, так меньше шансов, что запах сохранится.

НЕ РАНО ЛИ ДЛЯ СПЯЧКИ?

Весной мы купили сухопутную черепаху, и все лето она прожила у нас на даче. Гулять выпускаем только под присмотром, она хоть и считается тихоходом, но бегать может очень шустро. В последнее время мы заметили, что наша tortila норовит не столько убежать, сколько зарыться в землю. Знаю, что так себя ведут черепахи, которые ложатся в спячку. Но ведь еще рано для спячки.

Скорее всего, причина в том, что в августе дни стали короче, а ночи прохладнее, вот ваша черепаха и засобиралась на покой. Надо ли этому препятствовать? Все зависит от того, есть ли у вас возможность устроить ей зимовку в квартире. Для этого нужна температура ниже 17-18°, а в городских квартирах в отопительный сезон обычно бывает жарче, из-за чего животное может вообще остаться без периода покоя, а он очень важен для его здоровья.

Так что решать вам. Сможете устроить зимовку позже, просто перенесите террариум в дом, где нет такого понижения температуры воздуха ночью, как на веранде, и ваша рептилия будет бодрствовать.

Неплохо дать черепахе поспать до начала отопительного сезона. В этом случае оставьте террариум в прохладном месте. Перестаньте ее кормить, только поите, купайте в теплой воде. Подготовьте зимовочный ящик, который не должен быть слишком большим, ведь во время спячки черепахи совсем не активны. Подойдет пластиковый контейнер с отверстиями в боковых стенках для воздуха. На дно положите влажный песок, торф, мох сфагнум толщиной 10-30 см. Черепаху поместите в этот ящик и сверху укройте сухими листьями или сеном. Влажность субстрата, в котором зимует черепаха, должна быть достаточно высокой, но субстрат не должен быть мокрым. Когда переедете с дачи, поставьте ящик на балкон или лоджию, если они застеклены. Так вы сможете продлить черепахе период покоя. Когда температура на балконе опустится ниже 15°, занесите питомицу в квартиру. Поскольку от высокой температуры она может проснуться, обязательно подсвечивайте террариум и первое время часто кормите и поите животное, чтобы она безболезненно отошла от спячки.

КОРМЛЕНИЕ ПО ОЧЕРЕДИ

У нас дома живут кот и пес. Пес страдает аллергией на мясо птицы и рыбу, начинает чесаться и разлизывает себе язвы. А для кота и курочка, и рыбка — самая любимая еда. Но на время его кормления собаку приходится привязывать, так как двери в квартире у нас без замков. Не подпирайте же их спиной! Мне так надоела такая кормежка по очереди. Как лучше кормить моих «братьев меньших», чтобы никому от этого не было вреда?

Прибейте к притолоке у кухонной двери на уровне дверной ручки кусок тугой резиновой ленты с петлей на конце, чтобы накидывать ее на ручку. Запустите на кухню кота, зацепите резинку за внутреннюю ручку двери — и всё.

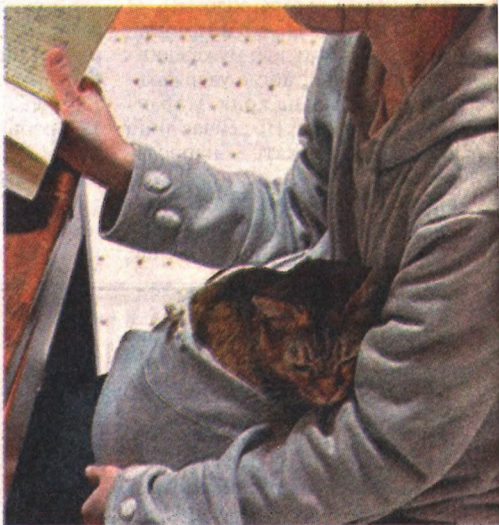
Даже если пес, надавив своим весом на дверь, сможет ее немного приоткрыть, ему останется только наблюдать за трапезой кота. А когда кот поест, уберите остатки кошкиной еды и покормите пса.



ТАРА ДЛЯ ПУШИСТОГО ДРУГА

Все знают, что кошки обожают быть рядом с хозяйкой. Стоит только присесть, она тут как тут, уже лежит на коленях. Собралась хозяйка поработать, кошка уже на столе, а иногда и того лучше, лежит прямо на клавиатуре компьютера. Вроде бы ничего страшного в этом назойливом внимании пушистого друга нет. Наоборот, оно должно льстить. Вот только очень не любят хвостатые, когда их подвигают, переносят, сгоняют с коленей, если надо встать, могут и когти выпустить, и поцарапать.

Вот и вынуждены хозяйки своих особенно любвеобильных питомцев придумывать различные способы, чтобы и кошку при себе оставить, и свободу действий сохранить.



Проще всего с рабочим столом: поставила на угол стола коробку из-под обуви и останется лишь несколько раз переложить туда кошку. А она либо признает это место за свое и будет лежать там, не мешая, либо оно ей не понравится, и она перестанет ложиться на стол.

А вот для любителей полежать на коленях лучше сшить специальный рюкзак. Он представляет из себя обычный мешок из плотной мягкой ткани — старой флисовой или трикотажной толстовки и лямок, которые хозяйка накидывает на плечи. Главное достоинство такого рюкзака, что лежащую в нем на ваших коленях или животе кошку не надо сгонять, когда вы захотите встать. Несите с собой и кошку. И руки при этом остаются свободными.

Такой рюкзак пригодится, если вам надо будет отвезти свою любимицу к ветеринару, а она боится переноски. У многих животных, испытывавших боль в клинике, остается страх перед переноской, ведь именно в ней хозяйка возила ее туда, где было больно. Вот тут-то рюкзак и выручит. В нем удобно везти кошку даже в общественном транспорте.

Подготовила
Катерина ЧАПЛЫГИНА

СКАНВОРД

Составил Валерий РУЧИЙ

№ 8

Фруктовый напиток	е	ч	т	р	р	Морской рак	Сеточка для вышивки	к	а	к	в	а	Слой				
Дает деньги на мероприятие	и	е	е	Знает кошка, чье ... съела	ч	з	с	о	Низкий шкаф для белья	Упрек	е	Здание для пассажиров	и				
... в овечьей шкуре	н	Съедобный гриб	с	т	р	а	Кресло царя	а	Предсказатель	Мышца	и	у	а	к	у	и	
Рыба с черной икрой	о	с	е	т	р	Крутой поворот	р	Знарок	г	р	к	а	Непоседа	с			
Нарушающий заповеди	н	Часть пьесы	а	и	ч	т	а	л	Утренняя еда	ч	Красивый садовый цветок	р	о	з	а		
Большая сумма денег	к	Партия товара на аукционе	ц	Японская вишня	и	Нитки для вышивания	з	а	в	т	р	а	к				
Пирожное из взбитых белков	г	Гладкая блестящая ткань	о	Осел	а	т	е	с	Тонкая кружевная ткань	и	Сорт яблок	т	Верхняя часть дерева	Он краснеет при варке	и	Знакомит будущих супругов	а
Модный салон-магазин	ч	Брат жены	ш	у	р	ч	и	Украшение на иконе	о	и	х	а	з				
Смуглость кожи от солнца	с	Сосед гипотенузы	к	а	т	е	т	Здание для самолетов	а	и	з	а	и				

Ответы на сканворд № 7 по горизонтали: свадьба, поэт, раритет, ошибка, оправа, Аполлон, оракул, тактика, бор, альт, ива, драп, март, арак, Арина, мыло, воин, титан, тату, язь, дупло, вернисаж, лад, Сочи, гроза, нуга, канва, бар.

По вертикали: ярмарка, Овен, локон, верность, друг, атлант, дятел, анис, оптимист, сок, батон, Иван, удача, карат, ужин, корона, шар, телега, привал, рама, бак, барыня, лоб, опал, зраза, траулер, конь, дар.



Дамы. посмеемся!

☺ ☺ ☺

Жизнь — сплошной кошмар! Усну — кошмар снится, проснусь — кошмар рядом лежит...

☺ ☺ ☺

Дама рассказывает джентльмену о своем первом муже:

— Я встретила с ним в 20, а ушла от него в 23.

— Да, я думаю, что трех часов вполне достаточно.

☺ ☺ ☺

Размышления сына о маме.

В 5 лет: «Мама знает все!»

В 10 лет: «М-да... не все мама знает...»

В 20 лет: «Да что вообще мать о жизни знает!!!»

В 30 лет: «Надо было слушать маму...»

☺ ☺ ☺

— Ну что, помогли вашему мужу таблетки от мании преследования?

— Да нет. Его вчера в подъезде застрелили.

☺ ☺ ☺

— Вчера признался невесте во всех своих прошлых грехах.

— Ну и что?

— Ничего не понимаю... Через неделю свадьба!

☺ ☺ ☺

Жена мужу:

— На прошлый мой день рождения ты подарил мне такой прекрасный стульчик! А что подарить в этом году?

— А в этом я подведу к твоему стулу электричество!

☺ ☺ ☺

Мужчина говорит цветочнице:

— Дайте мне, пожалуйста, 100 роз для моей жены!

Цветочница в ужасе:

— Господи, что же вы такое натворили?!

☺ ☺ ☺

Отец спрашивает сына:

— Сынок, тебя какая-нибудь профессия привлекает?

— Да, пап, полиция.

— А почему?

— Не знаю. Привлекает и привлекает.

☺ ☺ ☺

Новый русский поймал золотую рыбку:

— Ну что? Сейчас я тебя съем!

Рыбка ему в ответ:

— А как же три желания?..

Новый русский подумал:

— Да, действительно. Ну проси, что хочешь...

☺ ☺ ☺

— Говорят, ты женился.

— Женился.

— Ну, и как жена?

— Ребята хвалили!..

☺ ☺ ☺

Письмо в редакцию: «Я вышла замуж за вдовца и он постоянно рассказывает мне о своей бывшей жене. Что мне делать?»

Ответ редакции: «Начните рассказывать о своем будущем муже».

☺ ☺ ☺

Мальчик выгуливает собаку. К нему подходит мужчина и спрашивает:

— А у вашей собаки есть генеалогическое дерево?

— А зачем? Она пользуется любым.



Летом много праздников — серьезных и не очень — государственных, международных, церковных. А к каждому празднику нужны свой подход, своя рецептура!

Мы постарались и на все праздничные случаи нашли для вас подходящие рецепты.

Кушайте и будьте здоровы!



Очередные спецвыпуски издательства «Веста-М» появились в продаже. Спрашивайте в киосках вашего города. Тираж ограничен.

ЧИТАЙТЕ В АВГУСТОВСКОМ
НОМЕРЕ:

- ◆ Хронический гастрит
- ◆ Полезный «синьор»
- ◆ Озоновая атака
- ◆ Липпия — сахар ацтеков
- ◆ Астма под контролем
- ◆ И многое другое...



**В продаже
с 30
июля**

В каталоге
«Почта России».
Второе полугодие
2016

ПОДПИСНЫЕ
ИНДЕКСЫ:

В каталоге
«Пресса России».
Газеты и журналы».
Второе полугодие 2016



В каталоге
русской прессы.
Второе полугодие
2016

15510

П2194

60673

Август

ISSN 1818-7684



16008

9 771818 768369